

THEMA

JUBILEUM THERAPEUTICUM AURUM

45 JAAR

EEN TERUGBLIK



AURUM



Vriendschap Aurum

Door vriend te worden van Aurum, ondersteunt u ons werk, en wel in het bijzonder ten aanzien van de volgende onderdelen:

- Publicatie Nieuwsbrief Aurum
- Onderhoud tuin
- Bijzondere kostenposten m.b.t. therapieën & therapeuten

Voor de vrienden van Aurum organiseren we 1x per jaar een vriendenavond met interessante onderwerpen, ontmoeting en gezelligheid.

Hoe wordt u vriend?

U kunt een eenmalige of periodieke donatie doen aan de hand van het volgende rekeningnummer: NL77 INGB 0007 6621 19 ten name van Vriendschap Aurum

Wilt u in aanmerking komen voor de jaarlijkse vriendenavond dan kunt u uw naam en e-mailadres kenbaar maken aan jvdschuit@gmail.com.

Hoe is het met de Vriendschap Aurum gesteld?

Sinds ons feest in het teken van het 45-jarige jubileum op zaterdag 27 september hebben wij vele donaties mogen ontvangen en wel ter waarde van ruim € 1.800! Wij zijn daar zeer verguld mee! Dank daarvoor! Wij zullen deze gelden inzetten voor goede doelen in onze organisatie en daar ook over berichten in komende nieuwsbrieven.

Ten geleide

Wat kunnen we nagenieten, wanneer we terugdenken aan zaterdag 27 september, toen we het 45-jarig bestaan van Therapeuticum Aurum vierden. De weersomstandigheden waren redelijk gunstig: 's ochtends vroeg wat regen, maar daarna bleef het gelukkig droog. De belangstelling op die dag was groot: honderden patiënten waren ter plekke en dat geldt ook voor de meeste medewerkers.

Na een openingsceremonieel hielden de drie huisartsen elk een korte toespraak, die we in deze nieuwsbrief publiceren. Samen gaf dat een prachtig beeld van het verleden, heden en toekomst van Aurum. Uiteraard is zo'n dag ook vervuld van gezelligheid en verkwikkende gesprekken onder het genot van koffie, thee en taart.

De verschillende disciplines van Aurum konden vervolgens in tal van workshops in twee rondes wat laten zien en beleven van hetgeen ze dagelijks te bieden hebben. Het bruiste van alle kanten! Zo kon een levendig beeld ontstaan van wat Aurum allemaal in huis heeft. In dit nummer is van veel workshops een verslag opgenomen, zodat degenen die niet in de gelegenheid waren om te komen, zo toch achteraf iets kunnen meebeleven!

Ook voor de inwendige mens tijdens de lunch was goed gezorgd. Een veelheid van heerlijke hapjes viel er te genieten! En buiten op het plein voor Aurum waren er gezellige kraampjes met boeken, sierraden, stenen. En ook het zo belangrijke Therapieënfonds prijkte daar met een stand.

Op die dag zijn we een nieuwe vorm van mogelijke betrokkenheid tussen patiënt en Aurum gestart: Vriendschap Aurum. Door een geringe donatie kun je vriend(in) worden en desgewenst in aanmerking komen voor een interessante en gezellige vriendenavond die jaarlijks zal worden georganiseerd!

Ondertussen worden de dagen steeds korter. Het licht boet in aan kracht. Maar binnen is het hopelijk warm en gezellig! En op 21 december, vlak voor de Kerst, valt het keerpunt: de dagen gaan weer lengen. Er volgt een periode waarin we ons wat meer kunnen richten op het licht en de warmte in onszelf. Bevinden we ons nog op het juiste spoor of moeten er doelen worden bijgesteld? Het is goed om te weten dat Aurum zo'n rijk aanbod aan therapieën bezit om uw eigen ontwikkeling te stimuleren. We willen u graag attenderen op de mogelijkheid om als vrijwilliger toe te treden tot de Beheer Stichting van Therapeuticum Aurum, die zich bekommert om het behoud van het pand. Er zijn momenteel een paar vacatures.

U weet dat de Nieuwsbrief voortaan vooral digitaal wordt verspreid. Voor de echte liefhebbers is de papieren nieuwsbrief nog steeds verkrijgbaar bij de balie, uiteraard zolang de voorraad strekt. Mocht u ons door middel van vriendschap financieel willen ondersteunen, dan wordt dat zeer gewaardeerd!

Wij wensen u een inspirerende, hartverwarmende en ook een gezellige wintertijd toe.

Jeannette van der Schuit

Jelle van der Schuit

Anneke Pronk

KERSTNACHT 1

Kerstmacht - het woord is als een lakenis,
een koele sneeuw, glanzend onder het zachte
stralen der sterren - op de landen is
het weerloos stil, een ongerept verwachten.

Kerstmacht - het eenzaam zwerven der gedachten
rondom het oud verhaal, het nimmer uit te spreken
verlangen naar het helder zingen in de nacht en
het opgaan van de ster, een lichtend teken.

Kerstmacht - het sneeuwt op uw geschonden aarde,
dun en verstuivend dekt een huivering
van ijle val, een lichte zuivering
het vragen, dat wij ongestild bewaarden.



Ida Gerhardt | 1905 – 1997

Inhoudsopgave

- 2 Vriendschap Aurum
- 3 Ten geleide
- 4 Gedicht Gerhardt
- 5 Inhoudsopgave
- 6 Mededelingen uit de praktijk
- 11 Vacature fysiotherapie
- 12 Vacature Stichting Beheer
- 13 Vacature GZ-psycholoog?
- 14 Therapieënfonds
- 15 Afscheid Cinthia
Afscheid Nieneke
- 16 Even voorstellen: Lara
Salima
- 17 Elke de Klerk
Giulietta
- 18 Toespraak Jeannette
- 20 Toespraak Marco
- 21 Toespraak Joriet
- 22 Uitingen dankbare patiënten
- 24 Rondleiding door de tuin – Jeannette | Gedicht Goethe Ginkgo
- 28 Werken in de tuin
Workshop Cinthia
- 30 Workshop uitwendige therapie Madelon & Miranda
- 31 Kinderactiviteiten – Anne & Anouk
- 33 Foto's feest
- 36 Verhaal Arjen Ubels
Workshop kunstzinnige therapie - Ingrid
- 38 Workshop Christine
- 39 Workshop Roos Spijker
- 41 Workshop Levend bloed analyse – Sharda Hennequin
Gezocht altviolist in RSO
- 42 Cursus verdieping eigen levensloop Sarah
- 43 Cursus Jeannette – Jelle – Christine
- 44 Cursussen Maaike
Cursussen Stanzo
- 46 Colofon
- 47 Aankondiging Herfstcongres 2026

AURUM

Mededelingen uit de praktijk

ALGEMENE PRAKTIJKINFORMATIE

Zie - in de papieren versie: het inge-
hechte gekleurde middenvel of
- www.therapeuticumaurum.nl

VAKANTIES HUISARTSEN

Jeannette van der Schuit:

12-23 januari 2026

- **Joriet Schneider:** 13 april-1 mei 2026

- **Marco Ephraïm:** nog onbekend

ABSENT

MEDEDELINGEN HUISARTSEN

Praktijk van Marco Ephraïm

Angelique Glansdorp heeft ruim twee jaar als waarnemend huisarts in mijn praktijk meegewerkt, meestal op donderdagen. Op 18 december had zij voorlopig haar laatste werkdag. Heel veel dank voor jouw deskundige inzet en de prettige samenwerking tot nu toe! We verheugen ons om je in de loop van het voorjaar weer terug te zien!

Op 8 januari komt huisarts *Jorinde van Houten* invallen en mogelijk vaker, o.a. in vakanties. In de periode van 15 januari t/m 26 februari komt huisarts *Shanti Brandon* op wisselende dagen (meestal donderdag) meewerken, met als extra aandachtsgebied ouderengeneeskunde. *Sarah Al-Bander* heeft tot eind augustus een jaar meegewerkt als 1e jaars huisartsin-opleiding. Graag wil ik haar heel hartelijk danken voor haar grote inzet en de gezellige samenwerking met ons team! *Giulietta Monasso*, is sinds 1 september toegewijd werkzaam als 3e jaars huisarts-



in-opleiding met vlotte aanpak, meestal op maandag, dinsdag en donderdag: velen van u hebben haar waarschijnlijk al eens ontmoet. Zij stelt zich verderop voor.

Praktijk van Joriet Schneider

In december heeft *Rosje Basri* haar huisartsenopleiding bij mij afgerond. Dank voor je betrokken en kundige inzet. Volledig afscheid hoeven we gelukkig nog niet te nemen, aangezien zij het komende jaar nog vaak op wisselende dagen o.a. tijdens vakanties komt waarnemen. *Nieneke den Akker* is per 1 januari gestopt met vaste waarneming op vrijdag in mijn praktijk. Gelukkig blijft ze het echo spreekuur op de praktijk voortzetten, waardoor we minder hoeven door te verwijzen naar het ziekenhuis. Ik wil haar hartelijk danken voor de samenwerking de afgelopen 2 jaar. Vanaf 1 januari gaat *Lara Tauritz Bakker* bij mij starten als vaste collega die samen met mij de praktijk gaat draaien. Ze is er woensdag en vrijdag en om de week op maandag, verderop in de nieuwsbrief stelt ze zich voor. Vanaf 1 december werkt *Salima Talib* in mijn praktijk op maandag, dinsdag en donderdag. Zij is 3e jaars arts in opleiding. U kunt haar ook op maandag-, dinsdag- en donderdagochtend van 8:00 - 9:00 uur aan de telefoon treffen in het kader van 'dokter aan de poort'. Heel fijn dat ik het komende jaar met haar kan samenwerken. Verderop in de nieuwsbrief stelt ze zich voor. Ver-

der maken wij gebruik van e-consulten. Dit is bedoeld voor korte vragen of voor het vervolg op lopende consulten. Let op: deze e-consulten zijn niet bedoeld voor spoedvragen, daar deze binnen 3 werkdagen worden beantwoord door mij of een van de artsen die met mij samenwerken. Tevens heb ik sinds vorig jaar op de maandagochtend een video-spreekuur bedoeld voor klachten waarbij geen lichamelijk onderzoek nodig is. Dit werkt via MGN en gaat via een beveiligd portaal.

Praktijk van Jeannette van der Schuit
Nieneke den Akker is per 1 januari gestopt met de waarneming op de dinsdag in mijn praktijk. Wel zal ze het echo spreekuur op de praktijk voortzetten, waardoor we minder hoeven door te verwijzen naar het ziekenhuis. Ik wil haar hartelijk danken voor de samenwerking op de dinsdag in de afgelopen 2 jaar. Vanaf 1 januari gaat *Bemmie Schorer* zowel op de dinsdag als op de woensdag waarnemen in mijn praktijk. Vanaf 1 december werkt in mijn praktijk op maandag, donderdag en vrijdag *Elke-françoise de Klerk*. Zij is een 3e jaars huisarts in opleiding. Heel fijn dat ik het komende jaar met haar kan samenwerken. Veel succes! Verderop in de nieuwsbrief stelt ze zich voor.

TELEFONISCHE BEREIKBAARHEID VERBETERD

Er zijn altijd piekmomenten aan de telefoon waardoor er wachtrijen kunnen ontstaan. Om u beter en sneller van dienst te zijn hebben we een nieuwe telefooncentrale met een geautomatiseerd systeem dat aangeeft hoe lang u moet wachten. Als u niet direct contact krijgt



willen wij u vragen een terugbelverzoek door te geven aan deze digitale assistent. Deze zal u vragen in welk tijdvak u wilt worden teruggebeld. Het voordeel voor u is dat u niet aan de telefoon in de wacht hoeft te staan en teruggebeld wordt door de assistente, wanneer het u uitkomt. Dit vermindert de werkdruk en de wachttijd.

LSP: HET LANDELIJKE SCHAKELPUNT

Wij vragen u na te denken over het landelijk schakelpunt. Hierdoor kunnen huisartsen op huisartsenposten, de spoeddiensten 's avonds en 's nachts, een deel van uw medisch dossier inzien en contactverslagen naar uw huisarts sturen. Dit werd voor iedereen 'aan' gezet tijdens de coronaperiode. Vanaf 1 april is dit weer 'uit' voor mensen die geen expliciete toestemming hebben gegeven. Dit betekent dat huisartsen op de huisartsenpost uw dossier niet meer in kunnen zien, tenzij u hier al toestemming voor had gegeven. We willen iedereen vragen aan te geven of u hiervoor toestemming geeft. Dit kan via e-consult (mijngezondheid.net), de assistente of via www.volgezorg.nl.

WIST U DAT:

- ... onze assistentes andere werkzaamheden doen als ze de telefoon niet opnemen.
- ... u ook via www.mijngezondheid.net een afspraak kunt maken en korte medische vragen kunt stellen?
- ... u via www.mijngezondheid.net uw uitslagen kunt bekijken?
- ... u uw herhaalrecept niet via een e-consult aanvraagt, maar via de knop 'mijn medicijnen' -> 'medicijnen bestellen' in Medgemak/Mijngezondheid.net..... op thuisarts.nl en op moetiknaarde-dokter.nl veel adviezen en uitleg staan?

BESTELLEN MEDICIJNEN/ HERHAALRECEPTEN

Herhaalrecepten kunt u aanvragen:

1- www.mijngezondheid.net

of de medgemak-app

2- via de herhaalservice van de apotheek

3- de assistente, per telefoon of aan de balie



Regel uw gezondheidszaken in
de MedGemak app!



4- via whatsapp: +3197032160964

NIEUW is dat u Weleda of Wala geneesmiddelen ook kunt bestellen via de Weleda-app 'Complementaire geneesmiddelen' in uw telefoon. Geprint/gemailed recept van Aurum, kunt u in de app uploaden en u krijgt de medicijnen thuisbezorgd. Dit geldt ook voor antroposofische medicijnen die alleen in Duitsland verkrijgbaar zijn (veel groter assortiment), inclusief allerlei ampullen zoals Iscador, Abnoba (versterking immuniteit en vitaliteit bij en na kanker en bij lange-covid klachten), en Gencydo (bij allergieën).

CONSULTATIEBUREAU VAN VÉRONIQUE VAN ERP

Al sinds een paar jaar ben ik jeugdarts

bij het therapeuticum. Dat betekent dat alle kinderen tot 7 jaar bij mij terecht kunnen voor de jeugdgezondheidszorg. Afspraken kunnen worden gemaakt via de assistenten. Daarnaast kan ik voor zuigelingen de dubbelblind provocatie test doen bij verdenking van koemelkeiwit allergie. Dat geldt alleen bij milde klachten. Als er vragen zijn, hoor ik het graag. Voor meer informatie: zie de website van Therapeuticum Aurum.

STICHTING ARTSEN COLLECTIEF: VOORKOMEN BETER DAN GENEZEN

Het Artsen Collectief is een non-profitorganisatie van artsen en medische professionals. Gezondheid is meer dan de afwezigheid van ziekte en (keuze)vrijheid en behoud van lichamelijke integriteit zijn voor ons fundamentele waarden en een leidraad bij al onze activiteiten. Je kunt ons volgen via www.artsencollectief.nl, telegram, twitter en instagram. Steun ons, word vriend: van angst naar vertrouwen!

HERSTEL NA CORONA

Wij bieden een aanvullend antroposofisch zorgplan voor diegenen die na corona nog langdurige klachten houden, zoals moeheid, kortademigheid en verminderde conditie.

Neemt u hierover desgewenst contact op met uw huisarts. Ook zijn verschillende natuurlijke geneesmiddelen beschikbaar, wanneer u of een van uw naasten corona doormaakt, gericht op versterking van afweer, vitaliteit en duurzaam herstel. Neemt u hiervoor contact op met uw huisarts.

FACEBOOKPAGINA

Wanneer u de facebookpagina Therapeuticum Aurum liket, dan krijgt af en toe een berichtje in facebook over bijzondere actualiteiten, gebeurtenissen in Aurum, of een mooie foto vanuit de Aurum-tuin.

ZORGVERZEKERAAR KIEZEN?

Raadpleegt u hiervoor in het algemeen: www.zorgwijzer.nl. Specifiek voor vergoeding van antroposofische zorg: www.antroposana.nl en www.zorgwijzer.nl/vergoeding/antroposofische-geneeskunde

ZORGPROGRAMMA 'OMGAAN MET KANKER'

Voor mensen die kanker hebben of hebben gehad en willen herstellen of willen voorkomen dat het terugkomt, bestaat het Zorgprogramma Kanker. Hierin kan gebruik gemaakt worden van antroposofische geneesmiddelen en/of therapieën die ondersteunend werken op herstel, vitaliteit, het immuunsysteem en de kwaliteit van leven. Zie voor meer informatie de pagina op onze website over Omgaan met/zorg na Kanker, met daarop een nieuwe folder. Raadpleeg desgewenst uw huisarts die kan u meer vertellen over de mogelijkheden en de vergoedbaarheid.

POSITIEVE

GEZONDHEIDSCONSULTEN

Wilt u de verschillende kanten van uw eigen gezondheid eens in kaart brengen, dan kunt u dat heel overzichtelijk doen op www.mijnpositievegezondheid.nl. Hier kunt u een aantal vragen beantwoorden over zes gebieden die met gezondheid te maken hebben: uw lichaam, uw psychisch functioneren, zingeving, kwaliteit van leven, sociaal-maatschappelijke betrokkenheid en dagelijks functioneren.

Ook kunt u deze vragenlijst op papier aan de balie of bij uw huisarts krijgen. De uitkomst kan aanleiding zijn voor een gesprek met uw huisarts of met de huisarts in opleiding. Dit noemen wij een 'Positieve Gezondheidsconsult' en dit duurt 20-30 minuten. Dikwijls komen er nieuwe ideeën uit voort, die kunnen helpen bij een nieuwe aanpak. De huisartsen hebben per week een beperkt aantal plaatsen in hun agenda beschikbaar voor zulke consulten.

'GEZICHTSPUNTEN' INFORMATIEBOEKJES VANUIT DE ANTROPOSOFISCHE GENEESKUNDE



Op het therapeuticum zijn allerlei 'Gezichtspunten' te koop over vele interessante medische onderwerpen zoals koorts, allergie, longziekten, burn-out, depressie, slaapstoornissen, stervensbegeleiding, RSI, kanker, dementie, euthanasie. De themanummers nr. 2 (over Nervositeit) en nr. 42 (over Inenten) zijn gratis te downloaden. De prijs van een brochure is € 3,50 en van een dikkere € 5,-. Ze zijn ook online te bestellen via www.gezichtspunten.nl

WANDELGROEP AURUM:

Sinds januari is er op donderdag een wandelgroep voor patiënten en andere geïnteresseerden. We starten om 13:00 uur, we lopen dan 30 á 60 minuten vanuit het therapeuticum, daar verzamelen we weer. Aanmelden is niet nodig en voor de liefhebber sluiten we af met een hapje, thee en koffie.



PIËZO: MENSEN VOOR ELKAAR

Iedereen verdient op basis van zijn of haar individuele talenten een volwaardige plaats in onze samenleving. Piëzo is een sociaal maatschappelijke organisatie die mensen in de gelegenheid stelt om talenten en vaardigheden te ontdekken en verder te ontwikkelen. Zie op www.stichtingpiezo.nl: de vele activiteiten die ze organiseren, o.a. het maatjesproject met de mogelijkheid een maaltijd te verzorgen, bij diegenen die zelf niet kunnen koken. Meer informatie tel: 079-8885550

MEDICIJNEN EN VERKEERSDEELNAME



Gebruikt u slaapmiddelen, kalmeringsmiddelen, middelen tegen depressie of psychose, morfine, dexamfetamine of medicinale cannabis op recept? Lees dan hier wat wel en niet mag bij verkeersdeelname: www.rijksoverheid.nl/medicijnen-verkeer. Of kijk op www.rijveiligmetmedicijnen.nl
Scan de QR-code voor belangrijke informatie van de overheid over verkeersdeelname met medicatie.

WEBSITES

- www.thuisarts.nl: reguliere informatie over huisartsgeneeskunde.
- www.mijngezondheid.net: om u met uw DigiD aan te melden voor o.a. online afspraken in ons spreekuur, en om herhaalrecepten 24/7 aan te vragen!
- www.InZet-indewijk.nl: in elke wijk zijn veel voorzieningen door en voor

mensen in de wijk, ook over cursussen, wederzijdse hulp, etc. en een contactpersoon die alles overziet en u behulpzaam kan zijn bij het vinden van wat u zoekt! Vanuit de praktijk verwijzen wij regelmatig mensen hiernaar. Bijvoorbeeld als u eenzaam bent, iets creatiefs wilt doen, ergens hulp mee nodig hebt, of aan een gezellige lunch wilt meedoen, enz.

- www.regelhulp.nl: informatie zorg, uitkeringen en voorzieningen voor gehandicapten, zieken en ouderen.
- www.antrovista.nl: over antroposofische gebieden; adressen zorginstellingen, activiteiten, lezingen en cursussen.
- www.kindertherapeuticum.nl van Kindertherapeuticum Zeist: veel informatie over ziekte en gezondheid bij kinderen.
- www.kinderspreekuur.nl: dé site van antroposofische consultatiebureaus voor 0-5 jarigen; adressen en inhoudelijke informatie over bijv. kindervaccinaties etc.
- www.eliant.nl: informatie over Europa en de complementaire geneeskunde
- www.hartenvaatgroep.nl: voor mensen met een hart- of vaatziekte
- www.herzschule.org: over de Duitse 'hartschool' voor mensen met een hartziekte en hun partners
- www.mijnpositievegezondheid.nl: hierop vindt u een score instrument om te meten hoe u op zes gebieden uw eigen gezondheid beleeft. Dit kunt u na een periode van therapie of leefstijlverandering nog eens doen om de verandering in beeld te brengen. Ook kunt u hieraan gerelateerd allerlei leefstijl-apps vinden.

ENTHOUSIASTE FYSIOTHERAPEUT GEZOCHT

Je werkt samen met drie huisartsen, een verpleegkundige, een diëtiste, een POH somatiek, een POH GGZ, een kunstzinnig therapeut en een euritmiste. We bieden multidisciplinaire zorg, waarbij de cliënt centraal staat.

Wie zijn wij?

De fysiotherapie-afdeling is onderdeel van Therapeuticum Aurum, een gezondheidscentrum gebouwd in organische stijl. Dit kenmerkt ook het gedachtegoed van de mensen die er werken waarin cliënt, collegialiteit en een goede werksfeer centraal staan.

Wie zoeken wij?

Een of twee collega's fysiotherapie voor praktijkovername in Therapeuticum Aurum in de wijk Buytenwegh in Zoetermeer. • Iemand met een afgeronde HBO-opleiding fysiotherapie. • Zelfstandig ondernemend met plezier in het actief multidisciplinair samenwerken. • Belangstelling voor en liefst ook ervaring met complementaire geneeskunde. • Een actieve inzet in het verder ontwikkelen van ons gezondheidscentrum. • Betreft één fulltime of twee parttime functies.

Wat bieden we jou?

Een klimaat waar ruimte is voor persoonlijke en professionele groei. • Een prettige ruimte en atmosfeer om te werken. • Een groeiende praktijk waar steeds meer mensen komen om in rust aan gezondheid te werken. • De voordelen van een maatschap, volledige vergoeding vanuit de zorgverzekeraar. De kosten van praktijkvoering worden gedeeld.

Heb je interesse?

Zou je een keer langs willen komen om te kijken of een ochtend mee te lopen, neem dan contact op met Sini Vos. Je kunt bellen of een bericht sturen naar 06-13545636 of mailen naar fysio.aurum@planet.nl

Op de website is meer informatie te vinden: www.therapeuticumaurum.nl





Vacature Stichting Beheer Therapeuticum Aurum | SBTA

Word bestuurslid bij onze stichting en draag bij aan de zorg in uw eigen buurt!

Stichting Beheer Therapeuticum Aurum beheert met zorg en toewijding dit mooie pand waarin de huisartsen en therapeuten van Aurum dagelijks voor u klaarstaan. Om de toekomst van Aurum voort te zetten, zijn wij op zoek naar enthousiaste vrijwilligers die ons bestuur willen versterken.

Wat vragen wij?

- Betrokkenheid bij de lokale zorg die Therapeuticum Aurum biedt
- Enige financiële/administratieve of bouwkundige ervaring zou mooi meegenomen zijn, maar is geen noodzakelijkheid.
- Beschikbaarheid voor enkele vergaderingen per jaar
- Een vriendelijke, zorgzame en betrouwbare houding

Wat bieden wij?

- Zinvol vrijwilligerswerk met een duidelijke maatschappelijke impact
- De mogelijkheid om uw kennis en levenservaring in te zetten
- Flexibele tijdsinvulling die goed te combineren is met andere bezigheden

Heeft u interesse om een waardevolle bijdrage te leveren aan het voortbestaan van het 1e lijns-zorgcentrum Aurum? Neem dan snel contact met ons op voor meer informatie of een vrijblijvend gesprek. Mail ons dan naar st.beh.th.aurum@gmail.com

Samen zorgen we voor een goed georganiseerd, toekomstbestendig Aurum waar iedereen op kan blijven rekenen.
Iets voor u?

Vacature GZ-psycholoog of psychiater | vrij gevestigd

Ben jij als GZ-psycholoog of psychiater toe aan een werkplek waar je echt kunt samenwerken, waar ruimte is voor jouw visie op zorg en waar je je thuis voelt in een betrokken team? Dan is Therapeuticum Aurum in Zoetermeer op zoek naar jou!

Wij zijn een levendig gezondheidscentrum met een hart voor integrale en persoonsgerichte zorg. Ons team bestaat uit o.a. drie huisartsen, meerdere praktijkondersteuners GGZ, huisartsen in opleiding, en een kleurrijk palet aan therapeuten. Wat ons verbindt? De wens om vanuit verbinding en aandacht zorg te bieden die verder kijkt dan alleen de klacht.

Wat bieden we jou?

- Een korte lijn met huisartsen en andere professionals – gewoon even binnenlopen kan altijd
- Een open en warme werksfeer, met ruimte voor eigen inbreng
- Een goed uitgeruste praktijkruimte in een lichte, rustige omgeving
- Fijne collega's die je graag betrekken bij intervisie, overleg of een kop thee
- De mogelijkheid om op basis van jouw eigen agenda cliënten te behandelen
- Interesse in of affiniteit met antroposofie (pré, geen vereiste)

Wie zoeken we?

Jij bent een BIG-geregistreerde GZ-psycholoog of psychiater die het fijn vindt om zelfstandig te werken, maar ook onderdeel wil zijn van een hecht team. Je houdt van korte lijnen, interdisciplinaire samenwerking en wil bijdragen aan zorg die niet alleen symptoomgericht is, maar ook mensgericht.

Interesse?

Ben je nieuwsgierig geworden? Kom gerust kennismaken!

Een kop koffie en een rondleiding door ons therapeuticum regelen we graag.

Stuur je korte motivatie met CV naar:

Artsenmaatschap Therapeuticum Aurum

t.a.v. Samira Tijani

Frits de Zwerverhove 1

2717 TP Zoetermeer

Meer weten?

Neem contact op met onze praktijkmanager Samira Tijani voor een vrijblijvend gesprek.



Samen dragen

Het Therapieënfonds is een solidariteitsfonds voor patiënten, door patiënten. Het stelt zich ten doel om minder draagkrachtige patiënten financiële ondersteuning te bieden bij het gebruikmaken van antroposofische therapieën en in bredere zin antroposofische gezondheidszorg en haar therapieën te stimuleren.

Het Therapieënfonds kan terugzien op een goed jaar. In het voorjaar komen we met de cijfers, maar nu al kunnen we voor het volgende kalenderjaar vaststellen dat we zullen doorgaan op de ingeslagen weg.

Gezien de resultaten, die we in het voorjaar bekend zullen maken, voldoet het Therapieënfonds duidelijk in een behoefte bij zowel de financieel minder draagkrachtige patiënten als de ondersteunende donateurs. Hierdoor wordt antroposofische therapeuten, van wie de behandeling vaak niet of slechts ten dele door de zorgverzekering wordt vergoed, gelegenheid geboden om mensen te helpen.

Voor 2026 nog even alles op een rijtje, met een kleine wijziging bij het laatste punt:

- Het aantal voor vergoeding in aanmerking komende (antroposofische) therapieën blijft voor 2026 ongewijzigd. Het betreft de volgende therapieën: Dieettherapie, Euritmitherapie, Fysiotherapie, Gesprektherapie, Haptotherapie, Kunstzinnige therapie (beeldend, muziek en spraak) en uitwendige therapie
- Het vergoedingspercentage van 50% blijft gehandhaafd.
- De verificatievergaderingen, waarin besloten wordt of een declaratie zal worden vergoed zal elke maand plaatsvinden. Dit was eerder eens per twee maanden. Hierdoor hoeft de patiënt minder lang te wachten op zijn/haar vergoeding.

Mocht u nog niet deelnemer of donateur zijn en dat wel willen worden, dan zijn er de volgende mogelijkheden om u aan te melden:

1. door een inschrijfformulier in te vullen (te verkrijgen op het therapeuticum of te downloaden van onze website) en op te sturen, per e-mail te verzenden of aan de balie van het therapeuticum af te geven.
2. U kunt zich online aanmelden. Ga daarvoor naar www.therapieenfondsaurum.nl of scan de QR code.

Onno de Gans, Hans Nijns, Bert Schaafsma,
Beheerders Stichting Therapieënfonds Aurum



Cintha van der Ham neemt afscheid per 1 januari 2026



Lieve collega's en patiënten van
Therapeuticum Aurum,

Per 1 januari 2026 beëindig ik mijn werkzaamheid als spraak- en dramatherapeut bij Therapeuticum Aurum. Enkele maanden geleden heb ik de pensioengerechtigde leeftijd bereikt. Dit viel ongeveer

samen met het aflopen van mijn registratie als spraak- en dramatherapeut bij mijn beroepsvereniging, de NVV-AG, de Nederlandse Vereniging voor Vaktherapie Antroposofisch Geïnspireerd. En toen heb ik de knoop doorgehakt. Ik heb in totaal 32 jaar als spraaktherapeut gewerkt. Ik was 11 jaar verbonden aan Aurum, waarvan 10 jaar eveneens aan de Vrijeschool de Vuurvogel in Zoetermeer. Ik ben de collega's bij Aurum, de leerkrachten van de Vuurvogel en de patiënten/cliënten en kinderen, waarmee ik heb gewerkt heel dankbaar. Van iedereen leer je weer nieuwe dingen. En ik vond het heel fijn en inspirerend om in een samenwerkingsverband te kunnen werken. Op dit moment loopt er een student van de Spraak- en Dramatherapie-opleiding aan Hogeschool Leiden stage op de Vuurvogel. Dus ik hoop dat er in de toekomst in Therapeuticum Aurum en op de Vrije School een opvolger voor mij komt. Ik blijf zelf nog actief in het kunstzinnige deel van mijn werk, namelijk het vertellen van verhalen en het voordragen van gedichten. En verder sta ik open voor alle nieuwe vragen, die op mij afkomen.

Ik wens jullie allen, collega's en patiënten van Therapeuticum Aurum, alle goeds toe!
Cintha van der Ham

Nieneke van den Akker neemt afscheid

Beste patiënten,

Vanaf 1 januari 2026 stop ik als waarnemend huisarts in de praktijk van Jeannette van der Schuit (dinsdag) en Joriet Schneider (vrijdag). Ik heb de afgelopen 2 jaar met veel plezier in het Therapeuticum Aurum gewerkt, maar ben nu toe aan nieuwe uitdagingen. Ik zal als waarnemend huisarts af en toe terugkomen om buik echo's te maken, en ik zal verder gaan werken binnen de GezondheidsZorg Asielzoekers (GZA) en de gevangenis van Scheveningen.

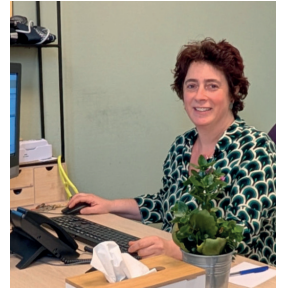
Bedankt voor het vertrouwen en de fijne samenwerking!

Nieneke van den Akker

Even voorstellen

Lara Tauritz Bakker, waarnemend huisarts

Dag allemaal, Vanaf januari 2026 kom ik drie dagen in de week als vaste huisarts in dienst bij Joriet Schneider. Ik heb dan al wat dagen meegewerkt, dus sommigen kennen mij inmiddels al. Mijn thuisfront: man Bernhard en kinderen (zoons van 23 en 19, dochter van 14). Sinds oktober 2025 heb ik mijn huisartsdiploma. Tussen mijn artsdiploma (behaald in Rotterdam in januari 2021) en de huisartsopleiding, werkte ik als verpleeghuisarts. Geneeskunde is mijn tweede carrière: hiervoor was ik onder meer wetenschapscommunicator/journalist. Ik vind het nog steeds erg leuk om uit te leggen hoe iets werkt en wat de wetenschap erachter is.



De directe aanleiding om alsnog arts te worden, waren een aantal artikelen die ik schreef over borstvoedingsproblemen. Daar houd ik me nog steeds mee bezig, onder meer als vertegenwoordiger van de huisartsen in de Landelijke Borstvoedingsraad. Het is één van de vele mooie aspecten van ons werk als huisarts, dat we betrokken mogen zijn bij het hele leven, van jong tot oud, met steeds weer een andere vraag en een ander achterliggend verhaal. Daar geniet ik elke dag weer van. Graag tot ziens!
Lara Tauritz Bakker

Salima Talib, huisarts in opleiding, 3e jaars



Hallo allemaal, Mijn naam is Salima Talib. Per 1 december ben ik gestart met mijn laatste jaar als huisarts in opleiding in de huisartsenpraktijk Therapeuticum Aurum, onder supervisie van Joriet Schneider.

Ik omschrijf mezelf als een onderzoekende en empathische dokter die ook van humor houdt. Ik hecht veel waarde aan toegankelijke en gelijkwaardige zorg voor iedereen. Daarbij vind ik het belangrijk om niet alleen aandacht te hebben voor de medische klacht, maar ook voor het persoonlijke verhaal

achter de patiënt.

Mijn geneeskundeopleiding heb ik gevolgd aan de Vrije Universiteit in Amsterdam. Daarnaast heb ik Biomedische Wetenschappen gestudeerd, een studie die mij heeft gestimuleerd om onderzoekend, kritisch en nieuwsgierig te blijven. De afgelopen jaren heb ik ervaring opgedaan binnen de interne geneeskunde en de ouderengeneeskunde, wat mijn basis als arts verder heeft versterkt.

Ik woon samen met mijn man en onze dochter van drie in Utrecht. In mijn vrije tijd ben ik graag creatief bezig, reis ik met plezier en geniet ik van de kleine dingen samen met mijn gezin. Ik kijk ernaar uit om verder te groeien binnen het huisartsenvak en prettig samen te werken met het team. Wie weet tot ziens!

Elke-françoise de Klerk, herintredend huisarts

Sinds 1 december ben ik als huisarts in opleiding van Jeannette van der Schuit toegetreden in jullie mooie Therapeuticum Aurum. In 2005 studeerde ik af als huisarts te Brussel. Ik kwam terug naar Nederland en werkte tot 2010-2011 met plezier als huisarts maar door keuzes en omstandigheden pauzeerde ik mijn werk en ging meer werken in de psychiatrie (gedurende 5 jaar) en ook volgde ik een psychotherapie opleiding (gedurende 4 jaar). Ik heb daarna ook nog veel werk verzet in de ouderenzorg en als regiebehandelaar in de tweedelijns GGZ. Daarna wilde ik, met inmiddels grote kinderen, weer als zelfstandig huisarts aan de slag en de Universiteit van Leiden creëerde daarvoor samen met Jeannette deze werk en stage-plek om weer volwaardig te herintegreren en herregistreren.

Mijn wens is uiteraard u de best mogelijke holistische en reguliere zorg te bieden samen met dit veelzijdige team. Daarnaast ga ik de inspirerende antroposofische geneeskunde zoveel mogelijk leren en bestuderen. Alvast een mooie Kersttijd en de beste wensen voor 2026!

Elke-françoise de Klerk



Giulietta Monasso, arts in opleiding, 3e jaars



Mijn naam is Giulietta. Ik ben sinds september werkzaam in de praktijk van Marco Ephraïm (ma, di, vr). Ik ben in 2017 afgestudeerd als arts en ben nu onder het wakend oog van Marco aan het laatste jaar van mijn opleiding tot huisarts begonnen. Eind augustus zwaai ik weer af.

In de jaren na mijn afstuderen heb ik gewerkt binnen de kindergeneeskunde, ouderengeneeskunde en psychiatrie. Ook heb ik een paar jaar met veel plezier wetenschappelijk onderzoek verricht in het kader van een promotietraject.

Als ik niet op de praktijk ben, vind je me fietsend op de weg of in het bos ofwel ren ik tussen de paarden en reeën van Meijendel.

THEMA

JUBILEUM AURUM 45 JAAR



Toespraak van Jeannette van der Schuit

Aurum is ooit opgezet door patiënten, met dank aan Margriet van Paassen samen met vele anderen. Zij wilden graag een antroposofische praktijk voor Zoetermeer en zo begon het Therapeuticum op 17 maart 1980. Nu staan we hier 45 jaar later. Wij wilden dit uiteraard niet ongemerkt voorbij laten gaan.

Zelf heb ik tot nu toe 32 jaar op Aurum gewerkt. Ik ben gestart in januari 1989 met het opzetten van de tweede praktijk, naast de praktijk van Paul Wormer. Vijf jaar later, in september 1994, heeft Corinne Merkens mijn praktijk overgenomen. Gedurende 5 jaar heb ik elders andere werkzaamheden gedaan. In februari 1999, na een tip van Marco Ephraïm, nam ik de praktijk van Paul Wormer over. Niet veel later kwam ook mijn echtgenoot Jelle van der Schuit in het Therapeuticum werken als muziektherapeut. Ik vond het heel fijn om weer terug te zijn in Zoetermeer, ik had er altijd met veel plezier gewerkt.

Terugkijkend is het therapeutisch in de loop der jaren door vele mensen gedragen, in het bijzonder wil ik noemen de artsen Rien Zwijnenburg als pionier, Jeroen van Houten en uiteraard Paul Wormer. Daarnaast heeft Guido Heydra in het verre verleden het therapeutisch op vele vlakken ondersteund, samen met Margriet van Paassen en zovele anderen.

Ooit bij de opening van dit nieuwe gebouw, in oktober 2002, sprak op dezelfde trap een antroposofische arts ons toe, namelijk Joop van Dam. In zijn toespraak benadrukte hij het belang van gemeenschapsvorming in een grote stad zoals Zoetermeer de kracht van een gemeenschap met voor ons in het middelpunt de antroposofische geneeskunde.

We kunnen nu toch wel zeggen dat we daarin geslaagd zijn, we zijn omringd met een fijne patiëntenpopulatie en met vele vrijwilligers die ons ondersteunen. Ik noem de groep, die onze mooie tuin verzorgt, ik noem Farid die ons gebouw prachtig schoonhoudt, een groep die gemeenschappelijk ruimtes opruimt en de kamers van bloemen voorziet, de Beheer Stichting van Aurum, dat zich inzet voor het voortbestaan van Aurum, en het Therapieënfonds dat van zeer groot belang is voor het voortbestaan van de antroposofische therapieën. Geweldig dat velen zich zo inzetten! Namens het hele Aurum team wil ik iedereen heel hartelijk danken! Wij voelen ons gedragen door jullie.

De naam 'Aurum', het Latijnse woord voor goud, is ooit gegeven door Rien Zwijnenburg, de

eerste antroposofische arts, samen met een groep mensen van het eerste uur. Goud staat voor het midden, de gulden middenweg, voor gezondheid, evenwicht en harmonie.

Voor de antroposofische geneeskunde zijn de metalen van groot belang. Ze hangen samen met onze visie op de samenhang tussen de macrokosmos en de mens als microkosmos. Als voorbeeld: zonder ijzer kunnen we niet bestaan, ijzer bevindt zich in ons, maar ook buiten ons in de natuur en in de kosmos. “Zo boven, zo beneden”, dit motto was al bekend bij de Kelten.

Zo is er ook een relatie tussen het metaal goud als metaal van de zon en ons hart. Zoals de zon het centrum vormt in ons zonnestelsel, zo is ook het hart een centraal orgaan in ons. Goud is het meest stralende metaal, maar daarnaast ook een zeer zwaar metaal, bijna twee keer zo zwaar als lood. Heel licht en heel zwaar: je kunt zeggen, dat goud alles in evenwicht, in harmonie houdt, zoals ook ons hart dat doet. Daarom geven we homeopatisch verdund goud, als we in ons hart worden bedreigd bij een hartinfarct of bij een crisis. Ik denk dat we ons gelukkig mogen prijzen dat er zo'n betekenisvolle naam aan ons therapeuticum is gegeven! Het roept ons op om blijvend een harmonieus evenwicht na te streven.

Ik wens tot slot ons therapeuticum toe, dat het ook in de toekomst blijft stralen en de gezondheid mag blijven bevorderen met de vele prachtige antroposofische geneesmiddelen, de bijzondere heilzame therapieën die de mens weer in zijn eigen kracht laten komen. Ook de vele goede contacten met de patiënten en alle mensen, collega's rondom het Therapeuticum in Zoetermeer dragen daaraan bij.

Tot slot wil ik, in het teken van het hart, een spreuk citeren van Rudolf Steiner (1861-1925), de grondlegger van de antroposofie en de antroposofische geneeskunde, vertaald door Jelle.

*In het hart
leeft een deel van de mens,
dat van alles
stof bevat,
die het meest geestelijk is;
dat van alles geestelijk leeft
op de wijze die zich het meest
stoffelijk openbaart.*

*Daarom is de zon
in de menselijke kosmos
het hart;
Daarom is in het hart
de mens
het meest
in de diepste bron
van zijn wezen.*





Dankbaar voor Aurum 45 jaar!

Marco Ephraïm

Het warme commitment van de vele (ruim 200) mensen die op de jubileumdag van Aurum kwamen, bevestigt de plaats en de zin van het bestaan van ons gezondheidscentrum in Zoetermeer. Ook de enorme stroom van felicitaties en dankberichten zijn hartverwarmend ontvangen. Veel dank!

Waarom is 19 maart de verjaardag van Aurum? Omdat op 19 maart 1980 het aller-eerste spreekuur werd gehouden door Rijn Zwijnenburg op de Carolinenberg 9. In de vorige nieuwsbrief heeft Margriet van Paassen al zeer fraai geschreven over de periode van 1980 tot 1993 en ik heb dat vanaf 1993 beschreven tot op heden: het is terug te vinden in de vorige nieuwsbrief Aurum, die ook op de website staat. Tijdens de bouw van ons huidige gebouw hebben wij op 29 oktober 2001 in het fundament de grondsteen gelegd met daarin de zogenaamde grondsteentekst, die als een soort 'mission statement' verwoordt wat wij willen realiseren:

*Laat in deze ruimten
liefde en respect
in iedere ontmoeting
aanwezig zijn.*

*Laat het werk in dit gebouw
geïnspireerd worden door
inzicht in de samenhang
van mens, natuur en kosmos.*

*Laat ons handelen hier,
vanuit deze werkplaats,
de helende krachten dienen
ter genezing van mens en aarde.*

*Moge in dit huis
steeds mensen komen
die in deze geest
aan gezond worden
willen werken.*



We willen antroposofische/integratieve eerstelijnszorg in Zoetermeer verder ontwikkelen op een manier die past bij wat in deze tijd nodig is. Steeds afgestemd en in

goede samenwerking met de verdere eerste- en tweedelijnszorg in onze stad. Op dit moment wordt onze zorg voor zo'n 8000 patiënten geleverd door ons team van ongeveer 40 mensen: artsen, therapeuten, verpleegkundigen, assistentes en praktijkondersteuners. We werken aan verbinding met het sociale domein in de stad en gaan graag verder met het opleiden van jonge mensen om hun te begeleiden het vak te ontwikkelen op een manier die bij hen past en in de toekomst nodig is!

We worstelen ook met de toegenomen drukte en zorgbehoefte enerzijds en dikwijls met gebrek aan personeel anderzijds. We vragen daarvoor uw begrip. Grote waardering voel ik voor onze assistentes en ook de andere collega's die dit dagelijks opvangen en zich naar beste vermogen inzetten!

We zoeken extra doktersassistentes die zich met ons team willen verbinden: mocht u die kennen, wilt u hen hierop attenderen? Dat geldt ook voor toekomstige opvolging van de ouder wordende dokters en therapeuten.

Zelf ben ik heel dankbaar in ons inspirerende en bruisende team al zo lang te mogen samenwerken. Graag wens ik ons allen, ons team en u als patiënten/cliënten, veel goeds, vreugde, positieve kracht en gezondheid voor de toekomst!



Toespraak van Joriet Schneider

Misschien kennen jullie het gezegde: 'Al het goede komt in drieën', bijvoorbeeld het verleden, het heden en de toekomst. Ik mag de blik naar de toekomst richten. Nu heb ik geen glazen bol, dus voorspellingen doen kan ik niet.

Vanuit de antroposofie kijken we vaak vanuit de driedigtheid.



- Onze bovenpool heeft een verband met het verleden, met ons bewustzijn, en met het denken. 45 Jaar geleden was er een visie waarop Aurum is gebaseerd. Vanuit de patiënten kwam bewust de vraag, op grond waarvan door een flinke hoeveelheid Ik-kracht Aurum is ontstaan.

- Het middengebied, oftewel het heden, het ritme, dat hangt o.a. samen met ons hart, met zijn plaats in ons midden en ook met onze ademhaling. Dat vormt ons gevoelsgebied. Het voelen, dat zijn wij met z'n allen, wij zorgen voor Aurum en we vormen een mooi team in goede samenwerking. Je ziet en je voelt dat als je Aurum binnenkomt: dat voelt bijzonder, hoe we samenwerken, hoe we zorg dragen voor de gehele mens. Als een kloppend hart.

- Dan de onderpool, onze toekomst, de stofwisseling, in samenhang met ons willen. Wat willen we nu naar de toekomst toe, hoe gaan we handelen? Welke weg gaan we inslaan, met alle nieuwe uitdagingen op ons pad.

Deze gebieden zijn wel te onderscheiden maar niet te scheiden. Het is allemaal als een lemniscaat met elkaar verbonden. We kunnen deze driedigtheid ook zien als we kijken naar het plantenrijk. De wortel staat voor de bovenpool, ons verleden. In de wortel ligt de potentie de kracht te ontkiemen en tot "zijn" te komen. De stengel vormt het transportsysteem van de plant. Ook van ons middengebied, ons voelen, gaan verbindingen uit die we met elkaar maken. Dit zijn verbindingen die ieder van ons iedere dag met de mensen om ons heen maken en tegenwoordig gebeurt dit veel via digitalisering, iets waar we ook in de zorg niet meer zonder kunnen. Maar het blijft belangrijk om elkaar te ontmoeten en echt te zien en daar ook de tijd en ruimte voor te nemen. Digitale middelen kunnen daarin, als we deze zorgvuldig gebruiken, ook ondersteunend zijn. Op die manier verstevigen we de verbindingen. Dit doen we onder andere met de wandelgroep elke donderdag om 13 uur bij Aurum, een mooi moment om samen in beweging te komen. Dan komen we bij de vrucht, de bloem in alle vormen, kleuren en geuren, Ons centrum bloeit en groeit. Op onze jubileum dag straalden we dit ook met z'n allen uit. Ik ben er trots op om een onderdeel van dit alles te zijn. Dit doen we samen, met onze zorgprofessionals, met de vrijwilligers maar zeker ook samen met jullie. De komende jaren gaan we verder met het verstevigen van de antroposofie in wie we zijn en hoe we werken. Dit doen we samen met de therapieën en met aandacht voor niet alleen leefstijl maar ook positieve gezondheid, een gedachtegoed waarbij je eigen regie centraal staat. Bij deze twee stromen wordt er gekeken naar de mens in zijn totaliteit, een gedachtegoed dat goed bij de antroposofie past. Dit alles werkt aan de versterking van je eigen autonomie. Tot slot, als ik kijk naar de toekomst hoop ik dat dit een centrum blijft, waarin we elkaar kunnen ontmoeten en waarin we samen willen werken aan gezondheid, balans en harmonie.

Uitingen van dankbare patiënten

Ingeleid door Christine Mundschin euritmie-therapeute

Lieve patiënten en vrienden van Aurum, wat was het een feest om jullie in zo'n groten getale te hebben mogen verwelkomen om samen de 45e verjaardag van ons Therapeuticum Aurum te vieren! We hebben heel veel kaartjes met prachtige teksten mogen ontvangen over wat Aurum voor jullie betekent. Hier een kleine selectie van jullie lieve woorden:

*Aurum is:
Licht, Liefde en Leven.
Dank jullie wel.*



Wat betekent Aurum voor mij?

Aurum is een warm huis,

waar je vrede, vriendelijkheid, en begrip voelt! Zonder de witte jassen en steriele omgeving.

Het is een huis waar planten, gordijnen en vooral liefdevolle mensen aanwezig zijn. Het is niet slechts de kennis, maar ook het gevoel!

Dank daarvoor!

Aurum is voor mij een plek van liefde, saamhorigheid en gezondheid ineen!

Erg dankbaar hier te mogen komen.



Aurum betekent voor mij

Gezien, gehoord, geholpen worden in liefde en verbinding

Dankbaar

Aurum is voor mij een plek van samenkomst,

van genezing in de meest brede betekenis van het woord,

en van vertrouwen.

Aurum is je gehoord en gezien worden door

artsen en therapeuten met aandacht en zorg!!

Ga zo door! Dank!

Liefde voor mensen

Oprechte aandacht

Betrokkenheid

Waardevol advies

Respect



Aurum

Goud, Gezondheid

Goede ontmoeting

Genezing

Geweldige toekomst

Ga zo door!

Aurum betekent voor mij een plek waar ik gezien wordt als mens.

En mag komen met mijn vragen, problemen en disbalans

Aurum is al meer dan 40 jaar de basis voor mijn gezondheid en die van ons gezin. De holistische aanpak, de warme mensen, het prachtige pand, alles telt op tot een geheel dat meer is dan de som der delen. Ik ben dankbaar!

Wat betekent Aurum voor mij:

"Als ik het niet meer weet, dan weet Aurum het wel"



Maar lees vooral zelf ook in het boek dat nog een tijdje bij de ingang ligt en aarzel niet om er ook nog wat in te schrijven.

Met hartelijke groeten namens het Aurum team,

Christine Mundschin



Rondleiding geneeskrachtige planten in de tuin van Aurum door Jeannette van der Schuit

Tijdens de rondleiding stonden we stil bij een aantal planten waarvan een geneeskrachtige werking uitgaat. Ik werd daarbij geïnspireerd door een leerzaam bezoek dat ik kort daarvoor aan de tuin van Weleda heb gebracht!

1. Calendula ofwel Goudsbloem: ongelooflijk vitaal

De naam Goudsbloem is gebaseerd op de prachtige oranje kleur van de bloem, een stralende kleur! Het is een plant met een enorme vitaliteit. De plant kiemt heel makkelijk en bloeit en groeit bijna het hele jaar door. Het is een uitgesproken groene plant, heel sappig. Als je de bloem plukt volgt er heel snel een volgende bloem. De bloem maakt een stralende, geordende indruk.



De plant kan worden gebruikt om de regeneratiekrachten aan te spreken: denk bv. aan ontstekingen, luiereczeem, dermatitis (huidontsteking) na bestraling en littekens. Het vitaliseert het weefsel. Het is de bloem die hierbij verwerkt wordt en een ontstekingsremmende werking heeft.

2. Teunisbloem met zijn bijzondere relatie met de maan



De plant komt oorspronkelijk uit Noord- en Zuid-Amerika. De bloem is stralend geel van kleur en bestaat uit 4 kroonbladeren. Ook de Teunisbloem is een enorme vitale plant. Deze plant heeft een bijzondere relatie met het rijk van de maan: de bloem gaat open bij zonsondergang op het moment dat het gaat schemeren en bloeit in de nacht! De volgende dag sterft de bloem af. Hij bloeit van juni tot midden november en is ook heel vruchtbaar met zeer veel zaadjes. In een zaaddoos zitten wel 200 zaadjes.

Wat de geneeskrachtige werking betreft: er bestaat een relatie met de hormooncyclus van de vrouw; je kunt de Teunisbloem medisch inzetten bij premenstruele klachten, bij een zwakke menstruatie en ook bij overgangsklachten.

3. Hypericum perforatum of sint-Janskruid: getuigend van de zonnige zomer

Hypericum groeit op droge en zonnige plekken. Hij heeft een heel vertakt wortelstelsel en breidt zich daardoor ook makkelijk uit. De bloeitijd is rond 24 juni, de tijd van het Sint-Jansfeest. De naam Hypericum verwijst naar de zonnegod Hyperion, vader van de zon in de Griekse mythologie, omwille van de stralend goudgele bloemen, in de vorm van een zonnerad, stralend ook door de vrij lange meeldraden. De bladeren zijn heel verfijnd en door-



UITNEEMBAAR MIDDENVEL

Zie voor de meest actuele informatie onze website:

www.therapeuticumaurum.nl

Therapeuticum Aurum

Praktijkinformatie 1e helft 2026

NOODLIJN

OVERDAG van 8-17 uur: 079-3512394

AVOND-NACHT-WEEKEND: 079-3431600

Telefoonnummers huisartsen en meer informatie z.o.z.

Adres: Frits de Zwerverhove 1 | 2717 TP Zoetermeer

Website: www.therapeuticumaurum.nl

Therapeuticum Aurum is een centrum voor eerstelijns gezondheidszorg met een stedelijke functie (met omstreken) in de wijk Buytenwegh in Zoetermeer. Huisartsen, assistentes, verpleegkundigen en therapeuten werken er samen met patiënten/cliënten vanuit een combinatie van reguliere en antroposofische geneeskunde.

Aurum betekent 'Goud' en heeft een samenhang met evenwicht, de zon en het hart. Meer informatie vindt u in de Nieuwsbrief Aurum die 2 x per jaar verschijnt en op onze website. Alle vorige Nieuwsbrieven vindt u ook op de website.

Huisartsen

Dhr. M.P. Ephraïm (antroposofisch huisarts) tel. 079-3212368

Huisarts in opleiding vanaf 1 september: Giulietta Monasso (ma, di, vr)

Waarnemend huisarts: wisselend (do)

Mw. J. M.C. Schneider (antroposofisch huisarts) tel. 079-3510607

Huisarts in opleiding vanaf 1 november: Salima Talib (ma, di, do)

Waarnemend huisarts: Tara Tauritz Bakker (wo, vr, om de week ma)

Mw. A.J.M. van der Schuit-Janssen (antroposofisch huisarts)

tel. 079-3511730

Huisarts in opleiding vanaf 1-12-2025: Elke-françoise de Klerk (ma, do, vr)

Waarnemend arts: Bemie Schorer (di, wo)

Afwezigheid arts

Indien uw eigen huisarts afwezig is, hoort u op het antwoordapparaat welke andere arts invalt/waarneemt. Deze kunt u alleen voor spoedgevallen bellen. De artsen werken in principe praktijkgebonden.

Consulten

Heeft u meer tijd nodig voor een consult (bij meer dan één klacht), maakt u dit dan kenbaar bij het maken van de afspraak. Indien u onverwachts verhinderd bent, wilt u dit dan minimaal 24 uur van tevoren melden anders kan het consult bij u in rekening worden gebracht.

Afspraken: bij voorkeur in de ochtend bellen.

Uitslagen: bij voorkeur in de middag bellen.

Telefonisch contact: digitale assistente

Let op: er wordt gewerkt met een telefonische terugbellijst.

Graag tussen 10 en 12 uur uw verzoek indienen om te worden teruggebeld door de doktersassistente.

Herhaalrecepten

U kunt herhaalrecepten bij voorkeur ook aanvragen via onze website:

www.therapeuticumaurum.nl of via www.mijngezondheid.net

De medicijnen kunnen in principe na 2 dagen bij de apotheek worden opgehaald. In uitzonderlijke gevallen kunt u ook de assistentienlijn bellen voor recepten.

Een andere mogelijkheid is via Whatsapp of via 079-32160964

ER IS GEEN RECEPTENLIJN MEER

**AVOND-, NACHT- EN WEEKENDDIENSTEN:
DE HUISARTSENPOST IS BEREIKBAAR VOOR SPOEDGEVALLEN
079-3431600**

Rekeningen huisartsen

Heeft u vragen over uw rekening(en), dan kunt u contact opnemen met de SGZ, telefoon: 079-3208686

Prikkenspreekuur

Alle werkdagen van 8.30 - 9.00 uur door:

Madelon Duijts (ma, di, do) en door Miranda Hoekman (wo, vr), verpleegkundigen.

U kunt plaatsnemen in de wachtkamer zonder u te melden.

Afspraken: bij voorkeur in de ochtend bellen.

Uitslagen: bij voorkeur in de middag bellen.

Wrattenspreekuur

Hiervoor kunt u afspraken maken bij de assistente van de middag.

Medewerkers

Huisartsen:

Marco Ephraïm

Jeannette van der Schuit-Janssen

Joriet Schneider

Lara Tauritz Bakker

Bemmie Schorer

Elke-françoise de Klerk (3e jaars)

Salima Talib (3e jaars)

Giulietta Monasso (3e jaars)

Praktijkmanager:

Samira Tijani

Praktijkondersteuners - somatiek

Angelique Erkemeij

Anissa Mai

Guy Kanbier

Praktijkondersteuner GGZ:

Daniëlle Dijkshoorn

Astrid van Staveren

Malthi Dasrath

Praktijkondersteuner Jeugd

Leonie van Velzen

Renske Ens

Verpleegkundige Ouderenzorg

Reliza Wagner

Assistenten (v.d. huisartsen):

Bertine van Gorsel (wo, do, vr)

Sabida Idoe (ma, di, wo)

Marya Shahwar (ma, di, do, vr)

Fysiotherapie:

Telefoon: 079-3219172

Andrea Addink

Sini Vos (ook kinderen)

Petra Reifenrath

Uitwendige therapie:

Telefoon: 079-3219172

Madelon Duijts

Miranda Hoekman

Euritmitherapie:

Christine Mundschin (06-36163412)

Kunstzinnige therapie:

Maaïke Kroese (06-23209116)

Esther Dillingh (06-57280503)

Ingrid van der Loo (06-4657561)

Anouk de Bruijn (06-33041763)

Muziektherapie:

Jelle van der Schuit (06-21412688)

Gesprekstherapie:

Sarah Goudsmit (06-20974636, levenscoach)

Diëtiste:

Mechteld Baken

06-42626729, www.vodiservice.nl

Verloskundigen:

Telefoon: 079-3217172

Spreekuur: wo-ochtend en -avond

Kéita verloskundigenpraktijk (079-3217172)

Acupunctuur

Shikong Chan (06-45229654)

Hypnotherapie

Roos Spijker (06-12659337, 085-0041697)

Praktijk Vijana

Sharda Hennequin (06-82070625)

Consultatiebureau

ouder- en kindzorg (0-4 jaar):

Véronique van Erp

Aanmelden graag via

ouderkindzorg@therapeuticumaurum.nl

of de doktersassistente

Betalingen Fysiotherapeuten

A. Addink, S. Vos, P. Reifenrath

T.n.v. Fysiotherapeutenmaatschap Aurum te

Zoetermeer: NL92INGB0004668041

Andere medewerkers: op eigen rekening.

Nieuwsbrief

Vrijwillige bijdrage Nieuwsbrief kunt u

storten op NL77INGB0007662119

t.n.v. Nieuwsbrief Aurum.

Stichting Beheer Therapeuticum Aurum

Bestuur: Ewoud Meijroos, Richard de Ceuninck,

Joriet Schneider, Madelon Duijts

Tuingroep

Contactpersoon: Jeannette van der Schuit

Stichting Therapieënfonds Aurum

Inlichtingen ma. t/m vr. 19.00–21.00 uur

Onno de Gans (079-3212173)

Bert Schaafsma (06-55520408)

Hans Nijnsens (06-11228953)

Klachtencommissie

Met klachten die niet in onderling overleg

kunnen worden opgelost, kunt u zich

schriftelijk wenden tot:

Klachtencommissie Aurum

p/a Frits de Zwerverhove 1

2717 TP Zoetermeer

boord met gaatjes. Dit zijn kliertjes met etherische olie. Op het blad, en ook op de bloemen en stengels, zitten donkere puntjes, kliertjes gevuld met pigment. Als je dit verwrijft, dan komt er een bloedrode kleurstof vrij. De typische kleur van Sint-Jansolie. Je kan dit bereiden door verse bloemetjes, te laten trekken in een vette olie en in het zonlicht te plaatsen. De rode kleur komt van hypericine, een kleurstof, die onder invloed van het licht wordt gevormd.

De olie kan medisch worden toegepast bij huidproblemen, wondjes, zonnebrand en bij spier en gewrichtspijnen. Verder kan zij ook worden gebruikt bij gordelroos, herpesinfecties en bij lichte tot middelzware depressies.

4. Maretak: versterkend voor het immuunsysteem

De maretak is een oeroud geneesmiddel, al bekend bij de Kelten. De Maretak groeit alleen op bomen, hij houdt niet van de aarde. Hij groeit op verschillende gastheerbomen, zoals de appelboom, de dennenboom en de eik. De eik was bij de Kelten een heilige boom. Bij het oogsten werd de Maretak opgevangen in een witte doek en hij mocht de grond niet raken. Ook deze plant gedraagt zich eigenwijs ten opzichte van de zon en vertoont meer affiniteit met de maan. De bladeren vertonen groepsgewijs een kosmische bolvorm. Hij toont geen relatie met de zwaartekracht. De bladeren laten een heel geordende structuur zien. Ook is de Maretak heel groen: groen in de bessen, de zaden, de stam en de bladeren. Hij bloeit in de winter! Dit drukt ook veel kracht uit.

Wat betreft de medicinale werking: er zitten gifstoffen in de plant, die een sterk appel doen op ons immuunsysteem. Ook is sprake van relatief veel magnesium. De Maretak geldt als versterkende aanvulling bij de behandeling van kanker en kan ook worden ingezet bij chronische ziektes, zoals bij auto-immuunziektes.



5. Munt bezit een ontkrampende werking

We hebben in onze tuin allerlei soorten Munt. De plant heeft een ongelooflijk sterke geur en smaak. Ook is de Munt een sterk vitale plant, hij woekert makkelijk.

Als geneeskrachtige werking kan gedacht worden aan het volgende: bij krampen zoals bij een spastische darm, bij winderigheid en buikpijn. Ook heeft de Munt een antibacteriële en ontstekingsremmende werking. Hij stimuleert allerlei sappen in de stofwisseling en versterkt daarmee de vertering.

6. Rozemarijn met zijn sterke werking op ons warmteorganisme

De Rozemarijn is onderdeel van de lipbloemige familie, de labiaten. Rozemarijn is een heel sterke plant, hij kan heel goed tegen droogte. De plant heeft een heel bijzondere wekkende geur, op basis van etherische oliën, die rijk zijn aan waterstof.



Daar waar we te koud zijn werkt Rozemarijn als middel in bad, als olie, als kruid en ook om als Rozemarijn druppels in te nemen. Rozemarijn werkt stimulerend op de alvelesklier en is daarom naast andere middelen ook in te zetten bij diabetes. Het is een plant om beter te incarneren in je lijf: je wordt er wakker van!

7. *Basilicum bevordert de stofwisseling*

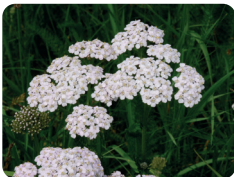
De naam basilicum is terug te voeren op het oud-Grieks waarin 'basileus' koning betekent. Deze samenhang is ook terug te vinden in de alternatieve benaming Koningskruid.



Basilicum is rijk aan vluchtige oliën en bevat meer dan 20 chemische stoffen, waaronder kaneelaldehyde (kaneel), citral (citroen), tijmol (tijm) en kamfer. Het is rijk aan vitaminen A en C, calcium en ijzer. Het is dus niet alleen lekker maar ook erg gezond!

In verschillende culturen wordt de plant gewaardeerd als een krachtig middel voor lichaam en geest. Vanwege de stimulerende werking wordt het kruid ook vaak gebruikt bij griep en verkoudheid. Zo zou een aftreksel van de plant de spijsvertering bevorderen en ook een werking hebben bij een ontsteking van de maag. Basilicum bevordert de weerstand tegen infecties. Basilicum is ook een belangrijk kruid bij diabetes mellitus.

Het heeft een stimulerende werking op de pancreas om meer insuline te produceren en daarmee de glucosespiegel te stabiliseren. Verkrijgbaar in de vorm van druppels: Basilicum comp.



8. *Duizendblad of Achillea millefolium: eetlustbevorderend*

Millefolium heeft een sterke relatie met het licht, het is plant die vooral ontkiemt in het licht. De plant heeft een wortelstok en groeit op droge, zonnige plekken. In de plant zitten veel aromatische stoffen, bitterstoffen, hars en etherische oliën.

De naam Achillea verwijst naar de Griekse veldheer Achilles, die het kruid op krijgstochten meenam om oorlogswonden te verzorgen. Duizendblad behoort tot de oudste geneesplanten. Het werkt versterkend op maag en darmen en werkt eetlust bevorderend.

9. *Ginkgo biloba versterkt de doorbloeding*

De Ginkgo biloba, ook wel tempelboom genoemd, is de oudste boom op aarde. Zijn historie reikt tot meer dan 250 miljoen jaren geleden. Er zijn vondsten van versteend hout van de Ginkgo gevonden in China, Japan en Amerika. De Ginkgo is het oudste fossiel dat in de huidige tijd nog voorkomt.



Gedurende de ijstijd werd hij meer uit de noordelijke zones verdrongen en kwam hij vooral in Zuid-China voor. De Ginkgo neemt een speciale positie in het plantenrijk in. De Ginkgo is geen loofboom, maar ook geen naaldboom. De bladeren lijken enerzijds naalden in zich te hebben, maar deze vormen als geheel een loofblad. Ongeveer 900

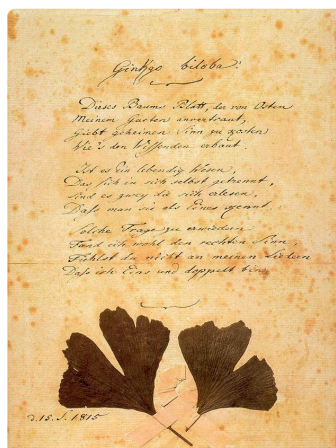
jaar geleden werd de boom door boeddhistische monniken weer ontdekt. Zij gebruikten de Ginkgo als tempelboom, die rond de tempel en ook in de tuinen werd aangeplant. Door zijn tweehuizige verschijning, bestaat er zowel een mannelijke als een vrouwelijke boom. Daarom werd en wordt de Ginkgo in China en Japan vaak paarsgewijs geplant. Hij staat dan voor Yin en Yang, voor noord en zuid, voor actief en passief en natuurlijk ook voor mannelijk en vrouwelijk. De boom werd als een heilige boom vereerd en ook gebruikt bij allerlei feesten. Hij werd gezien als een beschermer tegen boze geesten en als een vriend van de goede geesten. De naam Ginkgo is samengesteld uit het Japanse woord 'gin', zilver, en 'kyo', abrikoos.

De eetbare vruchten hebben een geelachtige, zilveren gloed. In de Aziatische filosofie staat de Ginkgo symbool voor vitaliteit en harmonie.

De bladeren en zaden van de Ginkgo-boom zijn in China een belangrijk deel van de traditionele geneeskunde. Als medicament wordt de Ginkgo vooral als een sterk preventief werkend geneesmiddel gezien. Boomschors, bladeren en zaden werden gebruikt bij de behandeling van wonden, ter bevordering van een betere doorbloeding en voor de stofwisseling. Verder ook bij bronchitisklachten. Uit de bladeren van de boom worden bepaalde medicamenten ontwikkeld die de doorstroming van het bloed verbeteren en worden zodoende gebruikt bij doorbloedingsproblemen in het hoofd of in de benen, waardoor het bevorderlijk kan zijn bij geheugenproblemen.

In Japan staat de boom symbool voor een vreedzame wereld. Na de bom op Hiroshima, was het de Ginkgo boom die als eerste in die omgeving weer blad droeg. Dagelijks een kopje Ginkgo-thee kan dan ook in het kader van preventie aan te raden zijn. Het heeft een versterkende werking op het immuunsysteem. De Ginkgo met zijn prachtige verschijning, zijn mysterieus gevormde bladeren, zijn ritmische opbouw, zijn ouderdom en zijn krachtige medicinale werking rechtvaardigt een groot en heilig ontzag voor deze oerplant. Goethe heeft als groot literator dan ook met recht een mooi gedicht gewijd aan de Ginkgo. Uit Suleika, vertaald uit het Duits door Mimi Laman.

Ginkgo biloba, Johann Wolfgang von Goethe (1749-1832)



*Zie dit kleinood in mijn gaarde:
boomblad uit de Oriënt,
siert met zijn geheime waarde,
ingewijden wel bekend.*

*Leeft het als een enkel wezen,
innerlijk in twee gedeeld?
Of vormt juist het uitgelezen
tweetal één herkenbaar beeld?*

*Langzaam rijpende ideeën
werpen op die vragen licht.
Voel je niet dat ik in tweeën
eenling ben in mijn gedicht?*

Werken in de tuin van Aurum: heb je zin om mee te doen?

De tuin als ‘geordende natuur’ is een plek om te ontspannen. Met de afwisseling van zon en regen en een milde temperatuur schieten de planten in het voorjaar de grond uit! De bomen komen weer verkoeling.

Er is veel te doen in de november is een kleine groep bezig met allerlei klussen. We de planten die er groeien, over



in het blad en bieden in de zomer tuin van Aurum. Van maart tot vrijwilligers op zaterdagochtend leren ook van en met elkaar over snoeien, composteren en noem

maar op! We drinken tussendoor gezellig koffie of thee met iets lekkers van Aurum en bevorderen zo ook de saamhorigheid. We willen graag de kleine groep vrijwilligers uitbreiden met natuurliefhebbers die het leuk vinden om mee te helpen. Je hoeft echt niet van alles te weten of te kunnen om mee te doen. Het is wel fijn als je een beetje ‘groene vingers’ hebt en met enige regelmaat kunt komen.

We werken in principe op de zaterdagochtend van 10.00 tot 13.00 uur. Het is niet noodzakelijk als cliënt verbonden te zijn aan het Therapeuticum Aurum. Mocht je interesse hebben, neem dan contact op met Jeannette van der Schuit door te mailen naar jeannettevanderschuit@gmail.com.



Terugblik workshop ‘De genezende kracht van het spreken’ door Cinthia van der Ham, spraak- en dramatherapeut

Het doel van deze workshop was in de eerste plaats dat de deelnemers zich bewust zouden kunnen worden van de verschillende aspecten van het spreken. Het proces van het spreken verloopt namelijk normaal gesproken deels onbewust, omdat het routine geworden is. Het doel was ook om de deelnemers te laten ervaren dat je vanuit dit bewustzijn a.d.h.v. bestaande teksten woorden en zinnen op een nieuwe manier kan leren creëren.

De eerste oefening was: bewustzijn krijgen van de adem. Dit ging als volgt: Je rekt je uit en laat je armen vallen en slingeren en je zegt: hè, hè. Je herhaalt dit een paar keer. Vervolgens rek je je weer uit en laat je je armen vallen en je zegt: Pffffff. Je laat op deze manier even alles letterlijk van je afglijden. Je kunt hieraan ervaren dat je je adem nodig hebt om klanken voort te brengen en dat het voortbrengen van klanken helpt om je adem en daarmee alles wat je belast kwijt te raken.

Vervolgens deden we de oefening “K, L, F, S, M” van Rudolf Steiner. We spraken iedere klank afzonderlijk en ook de hele reeks achter elkaar. Als je iedere klank afzonderlijk

spreekt, kun je ervaren dat iedere klank op een andere manier weerstand biedt aan de adem. Hieraan kun je ook ervaren, dat iedere klank een andere kwaliteit heeft en dat je daarmee dan iets anders kunt uitdrukken. Als je de hele reeks achter elkaar spreekt, ben je daarna ook helemaal uitgeademd. Je kunt bij deze oefening bij iedere klank een beeld oproepen. Bijvoorbeeld als totaalbeeld: het bakken van een ei.

K: je tikt met het ei tegen de rand van de pan.

L: de inhoud van het ei vloeit uit in de pan.

S: als het ei begint te bakken sist het een beetje.

F: er ontsnapt wat lucht tijdens het bakken.

M: je geniet van de geur van het gebakken ei.

Daarna kwam de oefening:

'Ach neem die roos, toe laat hem niet over.'

De eerste opdracht was: lopen terwijl de tekst klinkt.

De tweede opdracht was: de tekst spreken en gelijktijdig lopen.

De eerste vraag was: wanneer zet je een stap? Het werd iedereen gelijk duidelijk dat je op ieder woord een stap zet.

De tweede vraag was: wanneer adem je? Voor iedereen was het antwoord hierop: bij de komma, tussen de twee korte zinnen.

Ten slotte kwam het gedicht "Afscheid" van Ida Gerhardt aan bod:

*Goudstof van vlinderwieken,
welhaast is het vergaan;
der vogelen zoet muzieken,
welhaast is het gedaan.
En in de vruchten slaapt het zaad.
Toon mij nog ééns uw schoon gelaat,
Eér straks in 't graan de maaiers staan,
Eér 's nachts de vogelen over gaan,
-- o zomer, eer gij gaat.*



De eerste opdracht hierbij was: lopen terwijl de tekst klinkt. De vraag hierbij was weer: wanneer zet je een stap? De meeste mensen gaven aan op iedere lange lettergreep een stap te zetten. Iemand bemerkte dat het soepeler liep als je op de laatste twee lange lettergrepen van de regel met vier lange lettergrepen, maar één stap zette. Dit komt waarschijnlijk doordat de klemtoon van de regels met vier lange lettergrepen op de één na laatste lettergreep valt. De tweede opdracht was: twee achtereenvolgende regels spreken en gelijktijdig te lopen. De vraag hierbij was: wanneer adem je? Het was iedereen duidelijk, dat je tussen twee regels ademt. Het was ook merkbaar dat je na de eerste, tweede, derde en vierde regel met drie lange lettergrepen in de adempauze nog een stap zette en dat je tussen de regels daarna met 4 lange lettergrepen geen stap zette. Ik heb naar aanleiding hiervan verteld dat de ideale verhouding tussen het aantal

polsslagen per minuut en het aantal ademhalingen per minuut vier staat tot één is. In deze tijd is bij de meeste mensen deze verhouding door alle hectiek vaak hoger dan vier. Bij mezelf en bij andere mensen heb ik gemeten dat als je een tekst spreekt en loopt met drie lange lettergrepen per regel en een vierde stap zet in de adempauze, zoals bijvoorbeeld bij het ritme van de hexameter in de Odyssee van Homerus, de verhouding van het aantal polsslagen per minuut en het aantal ademhalingen per minuut zakt en dichterbij vier komt. Je voelt ook dat je er rustiger van wordt. Dit is één van de geneeskrachtige werkingen van het spreken.

De derde opdracht was: onderzoeken welke klanken de strekking van het gedicht met name ondersteunen. Als voorbeeld heb ik de laatste regel genomen: “o zomer, eer jij gaat.” Iedereen was het erover eens dat de “g” van “gaat” de beweging van het gaan ervaarbaar maakt en dat de “t” aangeeft dat de zomer daarmee voorbij is. De klankers kleuren de gevoelslading van de tekst. In deze regel kunnen we met de “o” bewondering en verlangen uitdrukken en met de “a” kunnen we uitdrukken dat we de zomer laten gaan, maar dat dit moeite kost. Groepjes van twee of drie mensen hebben vervolgens ieder in twee opeenvolgende regels van het gedicht onderzocht met welke klanken de inhoud het beste uit te drukken was. Tot slot heeft ieder groepje deze twee regels van het gedicht voorgedragen en klonk het gedicht nog eenmaal als geheel.



Over uitwendige therapie

door Madelon Duijts en Miranda Hoekman

Wist je dat...

- wij, Madelon en Miranda, de uitwendige therapie binnen Aurum met veel toewijding verzorgen.

- Aurum dit jaar het 45-jarig jubileum van de uitwendige therapie heeft gevierd en dat deze behandelvorm in al die jaren voor veel mensen een bron van ondersteuning is geweest?

- uitwendige therapie binnen de antroposofische gezondheidszorg een erkende verpleegkundige specialisatie is waarbij warmte, ritme en medicinale substanties bewust worden ingezet om het zelfherstellend vermogen te stimuleren?

- door de jaren heen verschillende therapeuten hun bijdrage hebben geleverd: van Margriet van Paassen in de beginjaren tot Hanna Obbens, Toke Bezuijen, Mirjam van de Corput en Lies Emous - en wij dit werk met liefde voortzetten!

- veel cliënten bij ons komen met uiteenlopende klachten, zoals luchtweginfecties, burn-out, overprikkeling, slaapproblemen, herstel na ziekte of behandeling, chronische vermoeidheid of langdurige stress?



- we altijd beginnen met een uitgebreide anamnese omdat deze niet alleen inzicht geeft in lichamelijke processen, maar ook in ritme, draagkracht en gevoeligheden?
- we daarbij kijken naar de zeven levensprocessen - ademen, warmteverdeling, verteren, scheiden, in stand houden, groeien en herstellen - omdat ze helpen begrijpen waar een disbalans zit en hoe we die kunnen ondersteunen?
 - deze processen in het lichaam nauw verbonden zijn met hoe iemand zich innerlijk beweegt? Bijvoorbeeld hoe iemand indrukken verwerkt, grenzen aangeeft, ritme vasthoudt of zich ontwikkelt?
 - uitwendige therapie werkt via ritmische inwrijvingen, medicinale oliën, wikkels en warmte, waardoor spanning kan afnemen, doorstroming verbetert en het vegetatieve zenuwstelsel tot rust komt?
 - steeds meer mensen ervaren dat deze zachte manier van behandelen hen helpt om weer ruimte, vitaliteit, structuur en herstellervermogen te voelen?
 - je bij ons altijd terecht kunt voor vragen, een oriënterend gesprek of een behandeling die afgestemd is op jouw behoefte?

Met hartelijke groet, Madelon en Miranda

PS Voor telefoonnummers raadpleeg het middenvel met praktijkinformatie.



Kinderactiviteiten

Anne van de Heistee | speltherapeute en
Anouk de Bruijn | kunstzinnig therapeute

Tijdens de jubileumdag was er natuurlijk ook veel te doen voor de kinderen! Vlak na het openingswoord van de drie huisartsen begon het feest met bewegingsspellen zoals sjoelen, hockeeyn, pittenzak gooien, ringwerpen en bowlen.

Na dit alles werd er door Arjen Ubels een prachtig verhaal voorgedragen over een grote, sterke olifant met flinke slag-tanden die zich irriteert aan een kleine, slimme en vervelende vlieg. De olifant wordt steeds bozer, maar kan hij de vlieg overmeesteren?

Iedereen luisterde aandachtig naar wat er ging gebeuren met de olifant en de vlieg, en was laaiend enthousiast over het verhaal en de verteller. Arjen ontzettend bedankt voor jouw bijdrage!



Tijdens de workshoprondes was het tijd voor 'workshop beest', dit alles naar aanleiding van het prentenboek: Het splinternieuwe beest door Jemma en Thiphanie Beeke. Het gaat over een kind dat de dieren in de buurt helemaal zat is. Ze zijn lui en vooral niet spannend. Daarom gaat het kind op zoek naar een heel spannende vriend. En wat is er spannender dan bijvoorbeeld een krokodil? Alleen hoe ziet zo'n beest er eigenlijk



uit? Omdat het kind dit niet goed weet, vraagt het kind aan elk wild dier dat het tegenkomt: 'ben jij een krokodil?' Aan de giraffen, de olifanten, luipaarden, zebra's, maar telkens krijgt het kind een 'nee' te horen. Nergens is er een krokodil te vinden. Totdat... wat ziet het kind daar? Het is een ei. KRAAAAKKKK!! Uit het ei komt een spiksplinternieuw beest gekropen! Wat denk jij dat er uit

het ei komt? Hoe ziet het spannende spiksplinternieuwe beest eruit? Hiermee zijn we met z'n allen aan de slag gegaan. Om het beest te kunnen maken hadden we allerlei materialen tot onze beschikking. Zoals klei, wiebelogen, lint, rietjes, mini pompons, pijpenragers, satéprikkers, stickers, bloemetjes van stof, veertjes etc. Er werd hard gewerkt om de beesten te maken en te versieren. En wat zijn de creaties mooi en divers geworden! Dank aan alle kinderen die mee gedaan hebben!

Het doel van de workshop was om elk kind uit te nodigen om de eigen fantasie te gebruiken, want hoe ziet zo'n spannend, spiksplinternieuw beest er voor jou uit? En doordat het eigenlijk alles mag en kan zijn, is deze oefening laagdrempelig en voor elke leeftijd geschikt. Je kan het zo lastig maken als je zelf wilt, daardoor zal het ook een succeservaring worden. Zeker met alle attributen ziet het beest er al snel spannend uit. Tijdens de oefening leer je ook samenwerken en om hulp vragen. Wat te zien was aan de slimme oplossingen die gezocht werden voor het plakken of vastmaken van de attributen aan de klei.

Uit het verhaal komen meerdere thema's naar voren als: leren om zelf op onderzoek uit te gaan en stappen te zetten waarbij je niet achterover leunt of afwacht tot er iets gebeurt. Het leren om verwachtingen bij te stellen, want wat gebeurt er als je niet doorhebt dat je al gevonden hebt wat je zocht?



Dit soort verhalen samen met kunstzinnige oefening worden groepsgewijs vaker ingezet tijdens spel- of kunstzinnige therapie. In het geval van deze oefening zou het ingezet kunnen worden bij kinderen die in de drieledigheid (denken-voelen-willen) vooral vanuit het denken functioneren. Dit kan zich uiten in perfectionisme, de lat hoog leggen, onzekerheid en precies of netjes werken. De oefening zorgt ervoor dat het kind tot vorm en fantasie zal moeten gaan komen en zelf op onderzoek moet gaan om te zorgen dat het beest zichtbaar wordt. Ook bij kinderen die vanuit het wilsgebied (het doen) werken, leren bij deze oefening om de beweging terug te houden, meer overzicht te behouden en erover na te denken hoe het beest eruitziet. De oefening ondersteunt het midden (het gevoelsgebied) en zorgt dat er een balans ontstaat binnen de drieledigheid. Creativiteit en fantasie dragen hieraan sterk mee. Ook zorgt het voor het zelfvertrouwen en leert het je om eigen keuzes te maken, wat je wel of niet gaat doen bij je beest.

Mocht je meer willen weten over wat wij doen of heb je andere vragen, stel ze gerust.

Anne van de Heisteeg Telefoon: 06- 21896487 | Website: www.lavendelspeltherapie.nl

Anouk de Bruijn Telefoon: 06-44031763 | Website: www.hetschilderpad.nl









Over het verhaal van Pa Olifant en Ma Vlieg

door Arjen Ubels

Op verzoek van Jelle, Anne en Anouk heb ik het verhaal tijdens de festiviteiten op 26 september j.l. met erg veel plezier in het therapeuticum verteld. Er was een volle zaal met hoofdzakelijk volwassenen en er was volle aandacht. Dat is het mooiste wat je als verteller kunt hebben. Ik wil het publiek hartelijk bedanken.

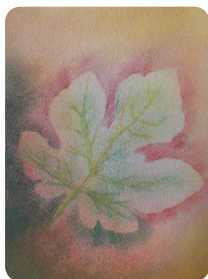
Ik heb het verhaal ontleend aan "A Wisp of Wisdom, Animal Tales from Cameroon" en *Geraldine McCaughrean* is de auteur.

Het uit Kameroen afkomstige verhaal vertelt hoe Pa Olifant de dieren in het woud terroriseert, uitdaagt en kleineert. Het is uiteindelijk Ma Vlieg die het gevecht aangaat en Pa Olifant klein krijgt door in zijn oor te kruipen en net zo lang te zoemen totdat Pa Olifant belooft zijn leven te beteren. Hij houdt zich aan zijn belofte en als hij deze soms even vergeet en toch een dier pakt dat kleiner is dan hij, hup, daar is Ma Vlieg die rond zijn oor zoemt. Dan herinnert Pa Olifant zich zijn manieren. Alle dieren in het woud zijn een stuk gelukkiger, ook Pa Olifant zelf, want hij merkt dat als hij aardiger is voor zijn mededieren, zij ook aardiger zijn voor hem. Ze vertellen hem hun nieuwtjes en nemen hem in vertrouwen. Eind goed, al goed!



Workshop 'Herfstkleur in pastel raakt je!'

door Ingrid v.d. Loo | kunstzinnig therapeute



De herfst is een van de mooiste momenten in de natuur. De bomen zijn gehuld in de prachtigste tinten geel, oranje, bruin en groen. Er vormen zich sprookjesachtige lanen met poorten van goud waar je genietend tussendoor kan wandelen. De grond is bedekt met een fluwelen tapijt, waar de regen en wind nog geen vat op hebben kunnen krijgen. Wanneer je in zo'n herfsttafereel verschijnt, liggen de gekleurde cadeautjes aan je voeten. De bladeren zijn getransformeerd tot kunstwerkjes, waarbij de een nog mooier is dan de ander. Het gevoel dat dit oproept, versterkt je

levensenergie. In de tijd dat de sapstroom in de bomen zich weer terugtrekt naar de kern en zich opmaakt voor de winter, is het belangrijk dat wij ons innerlijke vuurtje brandend houden.

Om deze levensenergie op te wekken en aan te spreken in onszelf, kunnen wij gebruikmaken van het werken met pastelkrijt. Met een (thee)zeefje raspen we het krijt boven ons papier en wrijven het in kleine ronde bewegingen in ons blad. De

kleuren die ontstaan zijn helder en doorlatend voor licht. Naarmate je langer op een plek cirkelt, wordt de kleur dieper en intensiever. Het is als schilderen met je handen, waarbij je de mooiste kleuren kunt mengen. Door te kiezen voor geel, omber, oranje, rood en bruin kom je vanzelf in herfstige sferen. Met nog wat zomer groen erbij is je werk compleet. Als je geluk hebt dat je mooie bladeren van buiten



hebt kunnen meenemen, is het erg mooi om op jouw sferische kleuren een bladsilhouet tevoorschijn te toveren. Leg dan het blad op je papier, rasp op de randen van het blad een kleur die je mooi vindt en veeg het met je vinger langs de rand op het blad. Na verwijdering van het blad blijft er een onzichtbaar blad over, waarin je met de punt van het pastelkrijt de nerven kan tekenen of nog wat kleur naar smaak kan toevoegen. Voel je vrij om langs de randen herfstvruchten te tekenen, zoals kastanjes, rozebottels of eikeltjes. Als je geen zeeffe hebt om mee te raspen, is het ook fijn werken met het krijt horizontaal op het blad. Je werkt dan – zoals dat heet – ‘greinend’ en je kunt dan mooie laagjes over elkaar heen maken, die je eventueel ook met je handen uitwrijft. Je zult merken dat het werken met soft pastelkrijt je levensenergie weer laat stromen, je uit je ‘hoofd’ komt en je even helemaal nergens meer aan gedacht hebt. Het spreekt je in je diepere gevoelslaag aan en kan je levenszin vergroten. Het werken met creatieve materialen spreekt nieuwe gebieden in het bewustzijn aan en werkt onder andere goed bij somberheid, depressie, vast zitten in je lijf of situatie, verdriet en stress.

Denk je bij het lezen van dit stukje: “Dat zou ik ook wel willen, maar.....” vul maar in welke belemmerende overtuiging je kan tegenhouden, schroom dan niet om ons te mailen of bellen. Wij maken graag een afspraak om de mogelijkheden te bespreken die kunstzinnig werken voor jou heeft. Je zal zien dat zich een nieuwe wereld voor je opent! Natuurlijk gaat het niet om een eindresultaat dat je wilt verkopen, maar om het plezier en de verbinding met je werk, die soms meer teweegbrengen dan je zou vermoeden.

Na een mooie herfst, een warme winter gewenst!

Mede namens het team van beeldend therapeuten, Ingrid v.d. Loo

Ingrid v.d. Loo, dinsdag: info@dekunstvanleren.nl, 06-46575461

Esther Dillingh, woensdag: info@praktijkdeduinroos.nl, 06-57280503

Anouk de Bruijn, donderdag: info@hetschilderpad.nl, 06-33041763

Maaïke Kroese, cursussen vrijdag: maaïke.kunsttherapie@gmail.com, 06-23209116



Terugblik op mijn workshop en een wens voor de Kersttijd door Christine Mundschin

Ook in 2025 mocht ik veel van jullie begeleiden in het bewegen en doorvoelen van de scheppende krachten die in de klanken van de taal hoorbaar worden en in het bewegen van de euritmie waarneembaar worden. In de bewegingen lieten we deze krachten in ons doorwerken om zo energieën te laten stromen. We konden ook vaak deze bewegingen als leermeesters ervaren, die ons hun wijsheden zachtjes toefluisterden. Ze schonken hun krachten en wijsheden aan ons; ieder klank op zijn eigen wijze.

Tijdens de workshop of het feest van Aurum hebben we de kwaliteiten van het mannelijke en het vrouwelijke die we allemaal in ons ter beschikking hebben, onafhankelijk of we man of vrouw zijn, in de beweging ervaren. Met name in de klanken A en E. In de A de zachte, ontvangende, opnemende kwaliteit die met Venus verbonden is, en in de E de zichzelf neerzettende kwaliteit van eigenheid en zelfbewustzijn, die met Mars verbonden is.

Maar we kunnen deze krachten niet alleen in de klanken van onze taal of in de euritmie ervaren. Als we een beetje opmerkzaam zijn, kunnen we klanken als scheppende krachten ook om ons heen waarnemen en ook in onze alledaagse handelingen.

Zo is bijvoorbeeld de L voelbaar in de plant die haar bladeren ontvouwt, of de R in de beweging van de omslaande golven. De K is in de scherpe, heldere kanten van een bergkristal herkenbaar en de B in de ronde, krachtige houding van een beer of in het beschermende huis van een schildpad waar ze zich in terug kan trekken.

De B kunnen we ook ervaren als een zielenkwaliteit die we in deze tijd van het jaar goed kunnen gebruiken. De vroege schemering, de kou buiten en de lichtjes en warmte en veiligheid binnen: tastbare B kwaliteiten.

Ik wil jullie uitnodigen om de komende winterperiode met advent-, en kersttijd de omhullende B als kwaliteit op te merken en wat (meer) te verzorgen in het leven. Dat kan om korte momenten gaan waar de B innerlijk gevoeld wordt. Dat kan zelfs bij hele kleine gebaren zoals het aandoen en dichtknopen van de jas, bij het omdoen van een sjaal of muts zijn, maar ook bij het dichttrekken van de gordijnen in de avond, of bij het omslaan van een doek lekker op de bank met een kopje thee. Als we omarmd worden door onze geliefde of een vriend of vriendin zouden we ook soms veel meer dat gebaar echt binnen kunnen laten komen. Maar ook als we zelf een dierbare mens of ons (klein)kind in onze armen nemen: kunnen we daarbij dit gebaar van omhulling en koestering eens echt bewust ervaren?

Ik wens iedereen dat deze bewuste koestering van al die verschillende B gebaren, de ervaring van steeds weer omhuld en beschermd te zijn bewerkstelligt, waardoor een binnenruimte ontstaat, waarin veiligheid en ontspanning ervaarbaar mag zijn. Het is een aandacht en koestering aan dat wat wil groeien, nooit verdrukkend maar altijd ook ruimte latend voor dat wat wil groeien en wat zich wil ontvouwen.

De Sixtijnse Madonna van Rafael laat deze omhullende, en tegelijkertijd ruimte gevende kwaliteit heel mooi zien. De blauwe doek rond het hoofd en om haar gestalte omhullen haar, beschermen haar, tegelijk heeft zij genoeg ruimte om te stralen en op haar beurt met haar gebaar bij haar kind omhullend en ook weer ruimte latend aanwezig te zijn. Welk een afgestemd omhullende ruimte wordt hier neergezet waarin het kind zich veilig mag voelen en ruimte krijgt om te groeien.



Ik wens jullie een gezegende, omhulde, en veilige binnenruimte toe voor deze Kersttijd, zodat wat in ons als kind (nog meer) geboren wil worden, zich veilig mag voelen om te groeien en in de wereld zichtbaar te worden!



Hypnotherapie & en de kracht van het onderbewuste

door Roos Spijker

Tijdens het jubileum werd mij de mogelijkheid geboden om een workshop over het onderbewuste te geven. Ik wil allereerst iedereen die heeft deelgenomen hartelijk danken voor de warme kennismaking. Het was een interactief samenzijn met veel ruimte voor nieuwe inzichten, herkenning, ervaringen delen en inspiratie. De workshop werd geopend met een rustgevende meditatie waarna we hebben gesproken over de ijsberg van ons onderbewuste en het bewuste deel. Ook vertelde ik over de dualiteiten in ons en hoe ze invloed hebben op onze binnenwereld en het dagelijks leven.

Dualiteiten zijn schijnbare tegenstellingen die naast elkaar bestaan en samen een geheel vormen. Vaak denken we in termen van òf/of. Neem bijvoorbeeld: "Ik wil stoppen met roken en werken aan mijn gezondheid", maar "ik heb de sigaret nodig om tot rust te komen"; "Ik wil graag ver reizen en me vrij voelen", maar: "ik heb vlieg angst". Wanneer we beide delen in ons er kunnen laten zijn en snappen wat erachter zit, ontstaat er ruimte voor rust en innerlijke groei.



We sloten de workshop af met een liefdevolle meditatie over hoe wij de glimlach kunnen verspreiden als een rimpeling. Ook tijdens het doorlopen van de seizoenen zijn er dualiteiten, want wanneer de dagen korter worden, worden onze innerlijke tegenpolen zichtbaarder. De winter nodigt ons namelijk uit om te vertragen, ons terug te trekken. Tegelijk voelen we de drang om nog voor het einde van het jaar de dingen gedaan te krijgen en vooruit te kijken naar een nieuw jaar vol wensen en mogelijkheden. Dan voelen we het licht dat wil groeien en tegelijkertijd de schaduw die rust zoekt. Beide delen in ons zijn waardevol. Dit winterse seizoen herinnert ons eraan dat balans niet betekent dat alles gelijk is maar dat het mag meebewegen. Het vinden van de balans in ons is iets dynamisch en regelmatig worden we hierin uitgedaagd. Het is waardevol om op te merken dat je mag schakelen tussen actie en rust. Geven en ontvangen.

Terwijl we ons allemaal aan het voorbereiden zijn op de afsluiting van dit jaar en de komst van het nieuwe jaar, is dit misschien wel het juiste moment om ruimte te maken voor een aantal belangrijke vragen die bijdragen aan de balans:

- Wat mag je in dit jaar achter je laten?
- Welke zaken wil je meenemen?
- Wat verdient jouw aandacht in 2026?

Ik hoop je van harte te mogen verwelkomen in mijn praktijk in Therapeuticum Aurum. Neem gerust contact op voor een vrijblijvende kennismaking.
Liefs, Roos Spijker

Hypnotherapeut, NLP coach, Familieopstellingen, Systemisch werk
Email: hallo@mindpraktijk.nl, telefoon: 085- 0041697



Workshop Levend Bloed Analyse: een bijzondere ontmoeting door Sharda Hennequin

Tijdens de feestelijke dag ter gelegenheid van het 45-jarig bestaan van het Aurum mocht ik een workshop Levend Bloed Analyse geven. De belangstelling was groot; de ruimte vulde zich al snel met mensen die nieuwsgierig waren naar wat je precies kunt waarnemen wanneer je een druppel bloed direct onder de microscoop bekijkt.



Voor veel deelnemers was het een eerste kennismaking met deze manier van observeren. Levend bloed analyse draait om het kijken: naar de beweging, de vormen en de levendigheid die zichtbaar wordt in een druppel vers bloed. Het biedt een unieke kijk in processen die normaal verborgen blijven en kan inzichten oproepen over vitaliteit en balans in het lichaam. Het is telkens weer bijzonder om te zien hoe een microscopisch beeld zoveel verwondering en nieuwsgierigheid kan losmaken.

Tijdens de workshop namen we de tijd om deze fascinerende wereld te verkennen. Deelnemers stelden vragen, deelden hun indrukken. Die open, betrokken sfeer maakte de bijeenkomst warm en heel persoonlijk. Ik kijk terug op een inspirerende dag vol mooie ontmoetingen en waardevolle gesprekken. Het was echt een feestje om er onderdeel van te mogen zijn!

Warme groet, Sharda Hennequin | Levend bloed analist, praktijk Viyana

Website: praktijkviyana.nl Telefoon: 06-82070625

Gezocht: altviolisten bij het Rijnlands Symfonie Orkest



Het Rijnlands Symfonie Orkest | RSO is een amateur-orkest dat wekelijks op de dinsdagavond repeteert in het CKC-gebouw in Zoetermeer. Er wordt momenteel o.a. gewerkt aan de 4e symfonie - 'de tragische' - van Schubert en een compositie voor strijkorkest van Elgar. Het zijn wunderschone en goed speelbare stukken. De sectie strijkers is op zoek naar één of meer altviolisten. Mocht je belangstelling hebben, wend je dan tot Conny v.d. Boom via conny.v.d.boom@hotmail.com. Het is goed mogelijk om een keer vrijblijvend mee te spelen of alleen te komen luisteren.

LEZINGEN | CURSUSSEN | EVENEMENTEN

Cursus: Ons levensverhaal, verdieping en verrijking met Sarah Goudsmit | levenscoach

Al heel mijn leven ben ik geboeid door levensverhalen en lees ik heel graag biografieën. In mijn werk als levenscoach ben ik altijd op zoek naar de innerlijke kracht om door moeilijke fases heen te komen. Graag wil ik in de komende tijd in kleine groepen, maximaal 4 deelnemers, rond de keukentafel, 1x in de twee weken bij mij thuis deze cursus geven. Doel is om met compassie de eigen levensloop te verdiepen en te versterken.

Thema's waar we tijdens de vier cursusdagen aan werken:

- De naam die jij meegekregen hebt, in hoeverre past die en kun je je ermee verbinden? Thema's in het gezin van herkomst en onze plek daarin.
- Wat zijn kantelpunten in onze levensloop, waar ben ik dankbaar voor, wat heeft het mij gebracht?
- Wat maakt mijn levensloop zo bijzonder?
- Waar komt mijn unieke eigenheid naar voren?
- Hoe wil ik hiermee verder?

Tussen de cursusdagen door is er tijd nodig om aan de opdrachten te werken! Als je zelf nog echt in een crisissituatie bent, raad ik aan om individueel met mij te werken en nog niet in een groep.

Tijden:

- Dinsdagochtend: van 10:00 tot 12:00 uur, inloop vanaf 9:45 uur
- Woensdagavond: van 20:00 tot 22:00 uur, inloop vanaf 19:45 uur

Data: Ik ga deze cursus in februari en maart geven. Data zijn nog niet helemaal zeker i.v.m. vakantie. Zijn er meer aanmeldingen dan plaatsen dan organiseer ik een nieuwe cursus.

Heb je interesse of vragen neem dan contact met me op. Ook als je op andere dagen zou kunnen. Deze cursus kan ook bij jou thuis aan de keukentafel gegeven worden met jouw vrienden, familie of wie je erbij wilt hebben.

Kosten: €200,-. Vergoeding is (deels) mogelijk via de aanvullende verzekering.

Aanmelden bij sarah.goudsmit@gmail.com of bel 06-20974636.

Kijk voor meer informatie over Sarah op www.sarahgoudsmit.nl.

Het mysterie van de zevenheid en de planeetsferen

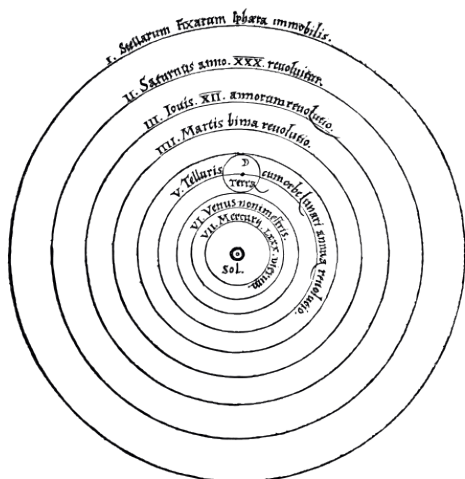
een cursus van 7 avonden op basis van muziek, geneeskunde en euritmie
door Jelle van der Schuit | muziektherapeut,
Jeannette van der Schuit | huisarts en
Christine Mundschin | euritmitherapeut

De zeven planeetsferen zijn voor velen onbekende kost, ondanks het feit dat de dagen van de week naar de planeten verwijzen. De antroposofie maakt het mogelijk om het actuele belang van deze planeetsferen voor de mens te herontdekken. Zo wordt in de antroposofische geneeskunde gewerkt met de zeven metalen. IJzer in samenhang te zien met Mars, koper met Venus. In de mens zijn zeven vooraanstaande organen werkzaam die elk ook in verband staan met één van de zeven planeten. De euritmie is in staat om het karakter van de planeetsferen uit te beelden. Trouwens: onze taal bevat ook planetaire kenmerken en wil via de klinkers. Ook die kunnen euritmisch worden uitgebeeld. Tenslotte is er het wonder van de muziek, waarin de zevenledige toonladder een centrale plaats inneemt, uitmondend in het octaaf als verheven herhaling van de grondtoon. Ook hier ligt een planetaire uitleg van de zeven intervallen voor de hand. En ja: ook deze intervallen kunnen euritmisch worden vertolkt! Kortom in deze cursus wordt een vruchtbare samenwerking beoogd tussen muziek, geneeskunde en euritmie!

Locatie: vrijeschool de Vuurvogel, Schansbos 5-6, 2716 LV Zoetermeer

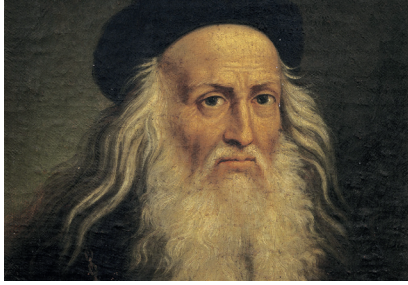
Data: 7x een woensdagavond, en wel op 11-2, 25-2, 11-3, 8-4, 15-4, 13-5 en 27-5

Kosten: € 60 voor de hele cursus; € 10 per losse cursusavond



CURSUSAANBOD
VOORJAAR 2026
Maaïke Kroese
beeldend therapeut

Cursus Leonardo da Vinci 1452-1519



In deze cursus verdiepen we ons in de prachtige tekeningen en schilderijen van deze beroemde kunstenaar uit de Renaissance. Elke les nemen we één schilderij of tekening als uitgangspunt voor ons eigen werk.

7x op vrijdagmiddag, 15:30 - 17:00 uur
Start: vrijdag 9 januari 2026

Cursus August Macke 1887-1914



Deze Duitse kunstenaar bracht zijn kinderjaren door in Keulen en Bonn. Na zijn tienerjaren studeerde hij een aantal jaren aan de kunst-academie in Düsseldorf. In 1907 reist hij naar Parijs. In Parijs raakt hij onder indruk van de Franse impressionisten. En zijn stijl van schilderen verandert naar een meer impressionistische manier van schilderen.

7 vrijdagmiddagen van 15:30-17:00 uur
Start: 6 maart 2026

Voor beide cursussen geldt:

Kosten: € 70,- per cursus

Locatie: Therapeuticum Aurum, Zoetermeer, Atelier op de 1e etage

Aanmelden is noodzakelijk bij Maaïke Kroese (06-23209116 of per e-mail: maaïke.kunsttherapie@gmail.com)

Voorjaarsprogramma
Studiecentrum
Antroposofie
Zoetermeer
Stanzo

1. EUROPA ALS MIDDEN TUSSEN OOST EN WEST - WAAROM EN HOE?

Voordracht door Harrie Salman

Eeuwenlang heeft de cultuur van Midden-Europa een centrale, bemiddelende rol gespeeld tussen West- en Oost-Europa. In de 20e eeuw zoekt Europa een eigen plaats in de grote polariteiten tussen Oost en West. De Europese Unie kan de rol van een harmoniserend midden niet vervullen. In deze voordracht onderzoeken we waarom deze taak nodig is en hoe dat zou kunnen gebeuren. Harrie Salman heeft als docent in binnen- en buitenland 40 jaar met studenten gewerkt en als auteur met zijn boeken vele mensen aan het denken gezet. De toekomst van Europa is zijn grote zorg. Datum: donderdagavond 12 februari 2026

2. 'HET MAAKT UIT, HOE JE STERFT'

Een avond verzorgd door Marco Ephraïm & Jeannette van der Schuit | huisartsen
'Het maakt uit, hoe je sterft' is de titel van een boek samengesteld door Thom Kloes met verschillende bijdragen rond het thema euthanasie. Verschenen bij Christofoor. Op deze avond zal worden



ingegaan de problematiek van het sterven, waarbij het thema euthanasie zeer actueel is. Op deze avond zullen ook de ervaringen en verschillende casussen worden besproken vanuit de praktijk van beide huisartsen die werkzaam zijn op Therapeuticum Aurum in Zoetermeer. Gelet op de aard van het onderwerp zal achteraf nog de gelegenheid worden geboden voor een rustig nagesprek.

Datum: donderdagavond 19 maart 2026
Tijd: 20:15 – 22:00 uur

3. OVER PASEN MET BIJZONDERE AANDACHT VOOR DE MENSEN BIJ HET KRUIS VAN GOLGOTHA

Voordracht door Sebastiaan de Vries
Vele kunstenaars hebben de aangrijpende kruisigingsscene uitgebeeld. Het gaat om de centraal staande heilige gebeurtenis in het Christendom. Wat is haar diepere zin? En wie waren de personen die

daarvan op aarde direct getuige waren, zoals Maria, Johannes en de mysterieuze Maria Magdalena?

Datum: dinsdagavond 31 maart 2026
Tijd: 20:15 – 22:15 uur

4. WAT ZIET DE TUINMAN IN DE NATUUR?

Voordracht door en gesprek met Jan Graafland | tuinman van Weleda



Jan zal zijn persoonlijke verhaal brengen over zijn ontdekkingstocht op zoek naar een beter begrip van de aarde, haar natuur en de daarbij betrokken wezens.

Jan Graafland is hoofdtuinman van Weleda Benelux SE, auteur van de boeken Groene genade, Aarde roeren, en ook van een aantal poëziebundels. Verder treedt hij regelmatig op als spreker en columnist.

Datum: donderdagavond 16 april 2026

5. SCHILDEREN VAN HET VOORJAAR

Workshop Pasteltekenen o.l.v. Anneke van Wensveen | kunstzinnig therapeute
In deze mooie tijd van het jaar zien we in onze tuinen en parken de vogels ijverig bezig met het bouwen van hun nestjes. Zij vliegen af en aan met takjes en ander materiaal zodat moeder vogel daarna haar eitjes in dit warme huis kan leggen en uitbroeden. Als de jongen uitgekomen zijn, worden ze door de ouders goed verzorgd. Een hoopgevende inspiratiebron voor de sfeer van het voorjaar. Voor kennis is niet nodig; voor materiaal wordt

gezorgd, maar mocht je zelf pastelkrijt bezitten, neem het dan mee!

Aanmelden via info@stanzo.nl is noodzakelijk en pas compleet na betaling op rekening NL39 ABNA 0463 9967 39 t.n.v. Stichting Studiecentrum Antroposofie Zoetermeer o.v.v. 'pasteltekenen' en uw naam. Maximum: 10 deelnemers.

Informatie: Anneke | 06-49365158

Datum: zaterdag 18 april 2026

Tijd: 13:30-16:30 uur; inloop 13:15 uur

Locatie: Therapeuticum Aurum

Kosten: € 25 per persoon, incl. koffie, thee & materiaalkosten

Voor alle andere voornoemde STANZO-activiteiten, tenzij anders vermeld:

Aanmelden: niet nodig

Tijd: 20:15 – 22:00 uur

Locatie: Vrijeschool de Vuurvogel

Kosten: € 15 (reductie mogelijk)

Let op: Graag contant betalen: pinnen niet mogelijk!

Check ook altijd even op onze website: www.stanzo.nl of het evenement wel doorgaat! Soms zijn we genoodzaakt om op het laatste moment te annuleren.

COLOFON NIEUWSBRIEF AURUM

DECEMBER2025 | JAARGANG42 | WINTER2025

EEN UITGAVE VAN:

Therapeuticum Aurum te Zoetermeer

Doel van de Nieuwsbrief is het geven van praktijkinformatie, gezondheidsvoorlichting en -opvoeding vanuit antroposofische achtergrond. Nieuwsbrief Aurum verschijnt twee maal per jaar.

AAN DIT NUMMER WERKTEN MEE:

I INHOUDELIJK

Jeannette van der Schuit, Madelon Duijts en Miranda Hoekman, Bestuur Therapiëfond, Cinthia van der Ham, Marco Ephraïm, Christine Mundschin, Joriet Schneider, Team kunstzinnigeTherapie, Roos Spijker, Sharda Hennequin, Lara Tauritz Bakker, Salima Talib, Elke de Klerk, Giulietta Monasso, Arjen Ubels, Anne van de Heisteeg Anouk de Bruijn

II UITVOERING EN ADRESSERING: Jelle van der Schuit

III OPMAAK: Marc Obbens

IV OPLAGE: DIGITAAL VIA DE WEBSITE • 500 fysieke exemplaren bij Aurum

REDACTIE: Jeannette v.d. Schuit-Janssen, Jelle van der Schuit, Anneke Pronk

© Therapeuticum Aurum

Overname van artikelen alleen met toestemming van redactie en auteur.

Aankondiging

Herfstcongres 2026

De planetaire zevenheid in samenhang met de mens

Rudolf Steiner College te Rotterdam



Over het thema

Namen van de planeten vind je al terug in de dagen van de week, maar toch zijn in onze tijd veel mensen niet of nauwelijks bekend met dit onderwerp. De oude Grieken waren er vertrouwd mee, waarschijnlijk vooral op grond van een restant van oude helderziendheid. De antroposofie breekt een lans om in het volle bewustzijn weer de weg te banen naar concrete samenhangen van planeetsferen en mens, inclusief praktische toepassingen, bv. in de pedagogiek en de geneeskunde. Zo zijn de planeetsferen te ontdekken in de opeenvolgende 7-jaars perioden van de ontwikkeling van de mens. Met betrekking tot de geneeskunde kan je wijzen op zeven vooraanstaande organen en ook op zeven bijzondere metalen die medicamenteus van grote waarde blijken, juist gelet op de werking van deze planeetsferen. Ook de muziek getuigt vanuit de bouw van de toonladder van een zevenheid die in verband gebracht kan worden de verschillende planeten. Esoterisch kennen we ook de zeven chakra's die in de inwijdingsweg een belangrijke rol spelen. Laten we verder de zeven kleuren van de regenboog niet vergeten en zo is er nog veel meer te noemen!

Tijdens het congres zullen drie grote voordrachten worden gehouden, maar er zal ook worden voorzien in een keur aan werkgroepen vanuit diverse disciplines om zo recht te kunnen doen aan de grote diversiteit aan zevenheden die juist in het licht van de planeetsferen meer en meer kunnen worden begrepen.

Datum: zaterdag 14 november | onder voorbehoud.

*Ergens in het voorjaar volgen de details op onze website www.herfstcongres.nl
Contact via info@herfstcongres.nl of via Jelle van der Schuit | 06-21412688.*

Deelname ter plekke of deelname online



Afbeelding: The Adoration of the Magi by Jan van Bijlert

AFZENDER: Therapeuticum Aurum | Frits de Zwerverhove 1 | 2717 TP Zoetermeer